

WASABI

Les restaurants japonais quartier par quartier

www.wasabi.fr

WASA-EUROPE

WEEK-END NIPPON À VARSOVIE ET CRACOVIE

UMEBOSHI

LA PRUNE QUI DONNE LA PÊCHE

CUISINE

4 NOUVELLES RECETTES DE CUISINE JAPONAISE

Soja

LA REINE DES SAUCES

dossier



Tél : 01 46 47 44 39

Fax : 01 46 47 44 74

www.foodex.fr

Importateur de produits alimentaires japonais

Sho Chiku Bai Sake - Shirakabe Gura - <Kimoto Junmai>



Brassé avec le riz de haute qualité Gohyaku-mangoku poli à 70% et l'eau renommée de la rivière Miya-mizu, ce Saké est fabriqué selon le très traditionnel procédé Kimoto.

Appréciez ce grand saké aux saveurs complexes, ce subtil arôme de melon, et cette agréable petite touche acide.



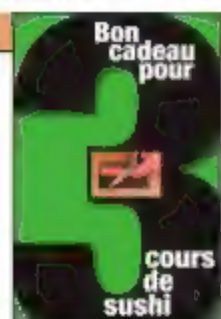
日本古来の伝統製法、生酛造り。
米の旨みを引き出した、
まろやかでやわらかい味わい。

Foodex vous propose toute la gamme des boissons alcoolisées japonaises

SAKE SHOCHU LIQUEURS



L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. A consommer avec modération.



Joyeux sushi !

Nous fêtons, avec ce numéro 20, le 5e anniversaire de Wasabi. Grâce à vous qui le lisez, grâce à l'équipe de journalistes, de graphistes et de photographes qui le réalisent, grâce aux restaurateurs qui le distribuent, grâce, enfin, aux sponsors qui le soutiennent financièrement, notre magazine peut, chaque trimestre, continuer d'explorer les mille et une facettes de la gastronomie japonaise et en faire profiter aussi bien les professionnels que les amateurs. Nous souhaitons aujourd'hui vous adresser à tous un grand merci pour votre confiance et votre fidélité. Nous ferons tout notre possible pour en être dignes en continuant de vous proposer des sujets inédits et originaux, bien sûr, mais surtout une information rigoureuse et fiable tant concernant les restaurants que les produits. Le dossier de ce numéro consacré à la sauce de soja en constitue, espérons-nous, un bon exemple.

Mais en cette rentrée 2009, nous fêtons également le premier anniversaire de notre école de sushi lancée à l'automne 2008. Nos cours, tous assurés par des chefs sushi professionnels, ont connu un tel succès que nous ouvrirons sans doute de nouvelles classes en 2010. En attendant, nous avons créé un cours pour les enfants (voir p. 6-7) avec des formules spéciales « Anniversaire » et proposons, outre les cours de sushi, des ateliers de cuisine japonaise traditionnelle qui permettent, en quelques heures, d'apprendre à faire les *tempura*, le porc pané, le saumon *teriyaki* ou encore à cuisiner le tofu... Tous ces cours sont très faciles à réserver : il suffit d'aller sur le site www.wasabi.fr et de choisir sa date.

À l'approche des fêtes de fin d'année, sachez que nos cours de cuisine japonaise -sushi ou cuisine traditionnelle- peuvent également être commandés sous forme de Bons cadeaux que nous envoyons aussi bien par mail que par la poste.

Un cadeau original dont vos proches vous seront si reconnaissants qu'ils n'auront qu'une hâte : vous faire profiter de leurs nouveaux talents ! Vous n'allez quand même pas leur refuser ce plaisir ! Bonne lecture et joyeux sushi !

- COUVERTURE : FOTORESEARCH
- RÉDACTION : BRIGITTE PERRIN, TINKA KEMPTNER, LÉONOR GRASER, KIMURA ASAKO, GUILLAUME LOIRET, PATRICK MANASSON, RAPHAËLE MARCADAL, JEAN-LUC TOULA-BREYSSE
- CONSEILLERS ÉDITORIAUX : HIGASHIUCHI TOSHIMASA, MURATA YUKIKO, DR KATHY BONAN (NUTRITION)
- CONCEPTION VISUELLE : CYRILLE MORILLON
- PUBLICITÉ : 01 42 08 50 47
- IMPRESSION : Groupe-Morault
- DIRECTEUR DE LA PUBLICATION : PATRICK DUVAL

WASABI EST UNE PUBLICATION THÉMA PRESS SARL,
40 RUE DE MOUZAIA, 75019 PARIS. TÉL : 01 42 08 50 47
MAIL : info@wasabi.fr
SITE INTERNET : www.wasabi.fr
ISSN : 1767-6142

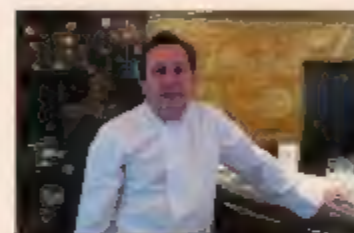


P.4-7 WASACTUS nouveaux lieux, nouvelles tendances
Restaurants : Kiyomizu : Kinugawa a enfin un successeur. Kiku : Impeccable cantine zen à deux pas des Folies Bergère. Juan : le 16^e arrdt. s'enrichit d'un nouveau "vrai" japonais. Cours de cuisine : Wasabi lance un nouveau cours pour les enfants et Jipango propose des ateliers de cuisine japonaise "naturelle". Voyage : Wasabi vous emmène dîner à Kyoto en février.



P.8 WASA-RECETTES
4 plats faciles à faire
par K. Aiba et M. Yamada

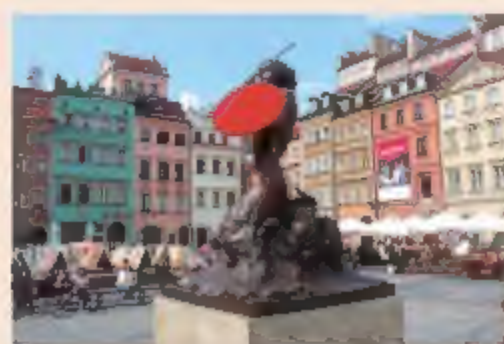
P.10 INSTITUTION
Le Japon s'invite
chez Prunier



P.12-20 WASA-DOSSIER
La sauce soja :
l'or noir du Japon

Élément essentiel de la cuisine japonaise, le *shōyu* n'est pas une simple "sauce salée". Son arôme dépend autant des ingrédients que de la méthode de fabrication

P.22 UMEBOSHI
La prune qui
donne la pêche



P.26 WASA-EUROPE
Week-end nippon
à Varsovie et Cracovie

P.31 CARNET D'ADRESSES

TRADITIONNEL

Juan, La maison du bonheur



Un mini restaurant
pour une cuisine
de luxe.

An signifie maison de thé et ju "quelque chose comme bonheur" selon la serveuse (patronne ?) qui vous accueille en kimono traditionnel comme cela se fait dans les grandes maisons de Kyoto.

4 tables et un bar, voilà à quoi se résume ce minuscule restaurant qui a ouvert en avril dernier en lieu et place d'une gargotte chinoise qui n'a laissé en héritage que son enseigne. Car pour le reste, on est vraiment au Japon : murs de bois clair et plafond vert pomme avec, à gauche de l'entrée, un joli panneau rétro-éclairé au pied duquel court un mini jardin de pierres.

La carte se réduit à quelques plats ce qui est plutôt bon signe : en dehors des classiques sushi, sashimi et chirashi d'une irréprochable fraîcheur, Juan ne propose en effet que des marmites -shabu shabu et suki yaki- à partager à deux (60 euros par personne). A

moins que vous ne choisissiez le menu "Dégustation" Omakase (70 €) c'est-à-dire aux bons soins du chef.

C'est l'option que nous avons choisie et nous ne l'avons pas regretté. Un conseil : ne prenez ce menu que si vous disposez d'au moins deux heures, le temps de déguster, avec le recueillement requis, une multitude de petits plats tous aussi délicats les uns que les autres. Impossible de se les rappeler tous mais quelques uns comme la barbue marinée, le poulet en gelée, les maquereaux "new style" ou encore les bulots cuits au saké nous ont particulièrement séduits. Grand choix de sakés généreusement servis au verre (10€) sachant que celui-ci est placé dans une tasse en bois carrée, elle aussi remplie à ras bord.

Juan, 144 rue de la Pompe, Paris 16e. T. 01 47 27 43 51. F. dimanche et lundi.

TRAITEUR - EPICERIE JAPONAISE

十時や

JUJI-YA

tel:01.42.86.02.22



七菜や

nana-ya

tel:01.46.47.79.48



Produits alimentaires (gros et détail) et restauration



KAMPAI !

La Cave à saké : le retour

Fermée depuis 5 ans, la seule boutique vraiment spécialisée en sakés japonais vient de rouvrir ses portes à la même adresse et tenue par le même gérant, le sympathique Katsutoshi Kamei ! Kampaï, donc pour cette réouverture tant attendue.

Une quarantaine de sakés provenant de toutes les régions du Japon – de Hokkaido à Kyushu – sont disponibles à la vente auxquels s'en ajouteront une soixantaine d'autres dans les semaines qui viennent.

Véritables passionnés de Saké, M. Kamei et son épouse vous expliqueront toutes les subtilités de ce breuvage encore mal connu en France et organiseront, une fois par mois, des séances de dégustation et d'initiation.

La Cave à saké, 8 rue Thérèse, Paris 1er. Tél. : 01 47 03 05 21



CONTINUITÉ

Kiyomizu succède à Kinugawa



Les tempura sont variées et assez copieuses pour 2.

Cela faisait plus d'un an que le "petit" Kinugawa, celui de la rue Saint-Philippe du Roule, avait fermé ses portes et attendait un éventuel repreneur. C'est chose faite, et plutôt bien faite, depuis quelques jours grâce au nouveau propriétaire qui a donné à l'établissement le nom d'un célèbre temple de Kyoto. Les habi-

tués de Kinugawa ne seront pas désorientés : rien ou presque n'a été modifié au niveau du décor toujours très sobrement japonais. La carte, en revanche, n'a plus rien à voir et offre quelques belles surprises comme ces "fines tranches de légine au yuzu et shiso", délice de fraîcheur "new style". La sérieole (*hamachi*) au miso constitue également une entrée originale et très parfumée. L'assortiment de tempura (25 euros) est assez copieux pour deux personnes si on prend d'autres petits plats à côté comme, par exemple, le filet de volaille simplement grillé au sel ou quelques sushi servis par paires. Gardez malgré tout une petite place pour l'un des délicats desserts maison : tiramisu au thé vert ou à la châtaigne ou encore mochi (pâte de riz) fourré à la gelée de sésame noir.

Comptez une petite cinquantaine d'euros/personne avec un superbe Lussac St Emilion 2001 (à seulement 38 euros la bouteille). Les plus gourmands - ou les plus paresseux - opteront pour le menu dégustation à 60 euros comprenant les principales spécialités.

Kiyomizu, 4 rue St Philippe du Roule, Paris 8e. 01 45 63 08 07

CHRYSANTHÈME

Un vrai nippon près des Folies Bergère

Kiku, Chrysanthème en japonais, s'est installé sans faire de bruit à la fin du mois de juin dans ce quartier que se disputent jalousement, depuis des décennies, restaurants cachers (Afrique du nord) et Turcs. Sans oublier une ribambelle de faux japonais avec menus "A", "B" ou "C" à choisir sur la photo en vitrine...

Décor sobre privilégiant la pierre et le bois, Kiku est ce qu'on pourrait appeler un restaurant "zen" si l'expression n'était pas aussi galvaudée. La patronne, d'origine chinoise, a travaillé au Sanki (Boulogne) et surtout chez Hanawa avec les meilleurs chefs japonais de Paris. Avec ses deux soeurs, elle a décidé de créer un restaurant authentiquement nippon mais plutôt tendance "New style" que traditionnelle. Avec l'aide de Kai, grand chef japonais venu spécialement de Londres, elle a construit une carte originale qui permet de découvrir des plats comme la tempura de crabe sans carapace servie sur une mayonnaise au wasabi, la morue façon Nobu marinée quatre jours dans le miso (ça fond dans la bouche comme une friandise) ou encore le sashimi de *hamachi* (sérieole) présenté comme un carpaccio avec une

sauce au yuzu. Dans la cuisine, on trouve également Tam, que sa naissance au Vietnam, il y a une trentaine d'années, n'empêche pas d'être un super chef sushi dans la grande tradition japonaise. Ses maki aux oeufs de poisson volant sont carrément divins. D'ailleurs, tout est délicieux et surtout ultra-frais car préparé au fur et à mesure des commandes. Une cuisine



La spécialité de Tam : les maki aux oeufs de poisson volant.

façon tapas que l'on dégustera en goûtant à différents sakés pour un prix qui dépassera rarement 50 euros. A midi, Kiku propose de jolis menus façon bento de luxe comprenant 3 petites entrées servies dans des verres et un plat au choix (sushi, tempura ou boeuf façon shabu shabu) et dont le prix varie entre 11,50 et 14,50 euros.

Kiku, 56 rue Richer. T. 01 44 83 02 30. F. sam. midi et dimanche.

VOYAGES À LA CARTE

01 42 96 91 20

48, rue Sainte-Anne 75002 PARIS (ATTN : Au fond de la cour)
Métro : Pyramides, Quatre Septembre, <http://www.voyages-alacarte.fr>

Partez au Japon!

Demandez aux spécialistes

- Japan Rail Pass 200€ ~ / 7j
- Famille d'accueil 340€ ~ / 7j
- Séjour linguistique 360€ ~ / 7j
- Vols directs et avec escale

Agence de voyage spécialisée dans le Japon

Voyages à la Carte

CAVE À SAKÉ

PARIS

LE NOUVEAU MAGASIN DE SAKÉ À PARIS !

8, rue Thérèse 75001 Paris
Tel. 01 47 03 05 21
www.caveasake.com
info@caveasake.com
Ouverture : Lundi-Samedi 11h-20h
(fermé : Dimanche et jours fériés)

ESCAPADE

Chéri, si on dînait à **Kyoto** ?

Wasabi vous propose de vous initier à la gastronomie japonaise... au Japon ! Et entre deux repas, pourquoi ne pas visiter un ou deux temples ?

Logé à deux pas de Pontocho, le quartier des geishas, vous découvrirez chaque jour une cuisine différente.

Les sushi, bien sûr, bien meilleurs au Japon que ceux que l'on trouve en France... Il y a de fortes chances pour qu'après avoir goûté un assortiment de nigiri dans une sushiya authentiquement japonaise, vous ne puissiez plus, au retour, vous contenter d'à-peu-près... Au cours de ce voyage, nous vous entraînerons dans des aventures culinaires bien plus passionnantes encore à commencer par la cuisine des moines. Composée d'une multitude de petits plats, cette cuisine naturelle élevée au rang d'art se déguste généralement assis sur des tatamis. Elle vous séduira par la



variété de ses goûts, de ses textures, de ses couleurs de saison qu'elle met en scène comme s'il s'agissait d'un spectacle vivant. Vous découvrirez le goût des « vraies » tempura, beignets de légumes ou de fruits de mer si légers qu'on les croirait frits dans l'eau ! Ou encore les nouilles de blé ou de sarrasin, la cuisine panée, au miso, les brochettes cuites au feu de bois, les *nabé* (marmites) la viande grillée « sukiyaki », les crêpes à la japonaise (*okonomiyaki*)...

Enfin, ce parcours initiatique sera l'occasion de vous familiariser avec la cuisine de tofu que vous dégusterez sous différentes formes au cœur d'un jardin après avoir parcouru le « chemin des philosophes ».

Mais il serait dommage de séjourner à Kyoto sans faire l'expérience d'une auberge traditionnelle. Vous passerez donc votre dernière nuit dans un *ryokan* (chambres avec tatami et futon) où vous dégusterez un repas kaiseki, la forme la plus sophistiquée de cuisine japonaise.

Et pour que vous puissiez faire profiter vos proches de votre voyage dès votre retour en France, vous prendrez un cours de cuisine japonaise avec l'un des plus grands chefs de Kyoto.

Petite précision, vous n'aurez aucune obligation de voyager et de vous déplacer en groupe. Chacun sera libre de gérer son temps comme il le souhaite et de se joindre ou non aux autres participants. ■

TAKAOKAYA

Nori

cultivateur
et fabricant depuis
1890.

Thé vert de
Shizuoka

ISO 14001
Restauration & détail



Tél. - Fax :

01 30 90 80 64

le-maitre.franck
@
wanadoo.fr

Distribué par FOODEX

PRIX PAR PERSONNE (BASE 2 PERSONNES)

1850 €

Inclus dans le forfait : vol Paris-Osaka aller-retour. Transfert Osaka-Kyoto.
5 nuits d'hôtel**** avec petit-déjeuner, 1 nuit dans un ryokan en demi-pension,
1 cours de cuisine, tous les repas sauf 1 déjeuner libre.

Non compris dans le forfait :
les transports en ville, les boissons et les visites des temples et musées.

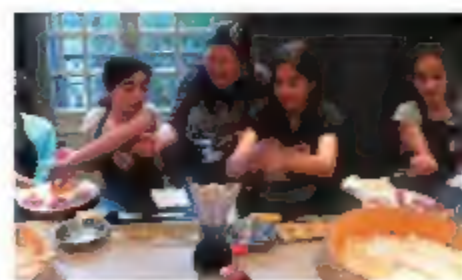
Deux dates possibles : du 20 au 27 février. Du 27 février au 6 mars.

Réservations et descriptif complet sur le site www.wasabi.fr

ENFANTS

L'anniv' **sushi**

Envie de changer du traditionnel gâteau d'anniversaire ? Pourquoi ne pas souffler les bougies sur des sushi ? C'est ce que propose Chef-sushi.com, l'école de sushi créée par Wasabi



A partir du 30 septembre, notre école de sushi animera, une fois par mois, un cours réservé aux enfants de 8 à 14 ans. Au programme : préparation du riz à sushi, de l'omelette japonaise et apprentissage de la technique des temarizushi : sushi en boule garantis « inratables » et très amusants à faire.

A partir d'ingrédients sains mais adaptés au goût des enfants comme le saumon (cru ou cuit), l'avocat, le surimi, les crevettes ou encore le kampyo (courge sucrée), ils apprendront aussi à faire les maki californiens en utilisant une natte en bambou. ■

Des séances « spéciales anniversaire » peuvent être organisées sur demande à partir de 10 enfants. Coût : 50 €. Bons cadeau et réservations sur le site www.wasabi.fr

JIPANGO

Ateliers de cuisine **naturelle japonaise**

Comme en 2008, notre excellent confrère Jipango fait venir de Kamakura Mari Fujii, spécialiste de la *shojin ryori*, cuisine pratiquée dans les temples bouddhistes (voir Wasabi n°4), pour une nouvelle série d'ateliers.



Auteur de nombreux livres de recettes de *shojin ryori*, Mari Fujii donne des cours de cuisine *shojin ryori* à Kamakura où elle vit, mais aussi à New York, Los Angeles et Londres. Mari donnera 5 cours différents : cela commencera par une **soirée découverte** avec une présentation - dégustation des principaux plats de la cuisine *shojin*. Il y aura ensuite un **Atelier Professionnel** destiné aux restaurateurs bio et créatifs. 10 idées de plats *shojin* fa-

ciles à adapter en France seront proposés. L'**Atelier Shojin Base** vous permettra d'apprendre les bases de la cuisine *shojin*. Réalisation étape par étape de plusieurs plats. Un 4^e atelier baptisé **Shojin Franco-Japonais** présentera une série de plats *shojin* à la française de l'entrée jusqu'au dessert. Enfin, l'**Atelier Obento** vous permettra de préparer de délicieuses (et très saines) boîtes « pique-nique » pour enfants et adultes.

Ces ateliers auront lieu du 13 au 23 novembre dans une cuisine ouverte et spacieuse dans le quartier Oberkampf, Paris 11^e. 53 € par atelier.

Programme sur www.jipango.com/mail/cuisineshojin09

Machine à sushis "SUKETTO"

Tout le savoir-faire des maîtres-sushis dans un coffre compact : un concentré de technologie pour un riz toujours à bonne température.



 **SUZUMO**



www.suzumo.co.jp

Faites confiance en l'expertise du numéro un mondial des fabricants de machines à sushis.

Showroom : Société Santop - 4, rue Chabanais 75002 PARIS
Tél : 01.42.96.90.64 - Fax : 01.47.84.02.75 - Courriel : santop@free.fr



Votre maison à Kyoto* à partir de 420 euros la semaine

Vivre le Japon vous propose un hébergement en maison individuelle traditionnelle pour découvrir Kyoto en toute liberté, de 420 euros à 1050 euros la semaine.
(*ou à Tokyo)

Vivre le Japon

01 42 61 60 83

48, rue Sainte-Anne, 75002 Paris

www.vivrelejapon.net

Saké extra pur **OZEKI**

Ozeki Saké est composé exclusivement d'eau et de riz poli.



saké sec



saké

Distribué par

JFC

INTERNATIONAL (EUROPE) GROUP

www.jfc.eu tel: +33 (0)1 4918 9140

Le leader européen de la distribution de nourriture japonaise

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. A consommer avec modération.



La cuisine japonaise facile

Soupe de miso au porc et légumes (tonjiru)

Pour 4 personnes :

Ingrédients :

160 gr d'échine de porc coupé en lamelles épaisses
Racine de lotus (1 tranche/personne)
100 gr de konyaku (konjac)
1 salsifi (coupé en lamelles en gardant la peau)
1 shiitake (ou autre champignon) coupé en lamelles
50 gr de miso blanc
30 gr de miso rouge
Huile de sésame
1 c. à c. de saké
1 c. à s. de mirin
1 noix de beurre

Préparation : (20 minutes)

■ Faire revenir les légumes dans un peu d'huile de sésame (qu'on peut mélanger à de l'huile de tournesol) puis ajouter la viande et la faire dorer. Ajouter quelques gouttes de saké puis 800 ml d'eau et faire bouillir.

■ Prélever un peu de bouillon et, dans un bol, y diluer le miso blanc et le miso rouge. Ecumer le bouillon et y verser le miso en baissant le feu. Ajouter le mirin et la noix de beurre juste avant de servir.



Flan d'œuf aux crevettes et poisson blanc (chawanmushi)

Pour 4 personnes

Ingrédients :

2 œufs
4 ginnan (fruit du ginkgo)
2 crevettes
4 petits morceaux de poisson blanc (daurade ou barbue)
1 shiitake
Quelques feuilles d'épinards
300 ml de dashi
18 ml de sauce soja (utsukuchi)
10 ml de mirin
1 c. à c. de poudre de yuzu

Préparation : (15 minutes)

■ Bien battre les œufs comme pour faire une omelette et ajouter le dashi,

le shōyu et le mirin. Passer le mélange au chinois.

■ Faire blanchir les morceaux de poisson et les feuilles d'épinards quelques secondes dans l'eau bouillante. Couper les crevettes en 4 ou 5 morceaux. Couper le shiitake en fines lamelles.

■ Mettre dans chaque bol 1 morceau de poisson, quelques morceaux de crevette, 1 ginnan, 1 feuille d'épinard et verser par dessus le mélange omelette dashi.

■ Couvrez chaque bol d'un papier alu pour éviter que la vapeur d'eau ne retombe et mettre à cuire à la vapeur pendant 10 minutes. Au moment de servir, saupoudrez de yuzu.



DANS CHAQUE NUMÉRO DE WASABI NOUS VOUS PROPOSONS QUATRE RECETTES DE CUISINE FAMILIALE CONCOCTÉES PAR KIYOSHI AIBA ET MITSURU YAMADA, TOUS DEUX CHEFS AU ZEN À PARIS. IL S'AGIT DE PLATS DE SAISON QUE LES JAPONAISES FONT À LA MAISON AVEC CE QU'ELLES TROUVENT DANS LE FRIGO. L'AUTOMNE ÉTANT LA SAISON DES CHAMPIGNONS, VOUS EN TROUVEREZ DANS DEUX DES RECETTES CI-CONTRE. NOUS VOUS RAPPELONS QUE MAÎTRE AIBA DONNE RÉGULIÈREMENT DES COURS DE CUISINE TRADITIONNELLE (DÉTAILS SUR WWW.WASABI.FR).

Poisson frit aux légumes (shiromi no karaage)



Pour 4 personnes :

Ingrédients :

4 filets de daurade ou 4 petits carrelets
1 carotte
2 shiitake (ou autre champignon)
1/2 poivron
Une dizaine de pois gourmands
4 pousses de maïs ou 200 gr. de pousses de soja
Farine
400 ml de dashi
Sauce de soja (2 c. à s.)
Mirin (2 c.à s.)
Fécule de pomme de terre (3 c.à s.)
1 poireau coupé en très fines lamelles

Préparation : (20 minutes)

■ Saler et poivrer le poisson en gardant la peau. Passer dans la farine et faire cuire dans une friteuse avec une huile à 150° environ pendant 5 à 7 minutes suivant l'épaisseur du poisson. Monter la température en fin de cuisson pour plus de croquant.
■ Faire cuire les légumes dans 400 ml de dashi pendant 5 minutes (+ 2 à 3 minutes pour les carottes, le shiitake et les pousses de maïs). A la fin de la cuisson, ajouter le soja et le mirin, saler et poivrer.
■ Dans un bol, mélanger la fécule à la même quantité d'eau et verser dans le bouillon. Arrêter le feu et mélanger jusqu'à obtenir une texture gluante.
■ Disposer le poisson sur une assiette et verser les légumes par-dessus. Coiffer le tout d'une pincée de poireau cru émincé.



Igname au thon et à l'avocat (maguro no yamakake)



Pour 4 personnes :

Ingrédients :

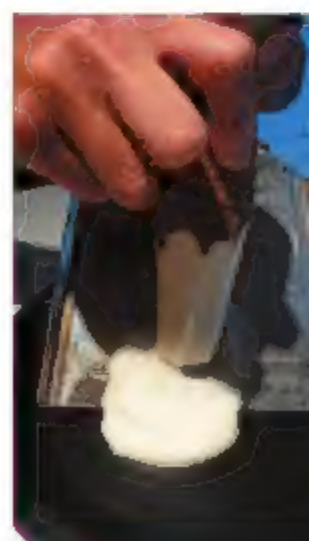
200 grammes de thon
1/2 avocat
300 grammes d'igname
Wasabi
Ciboule
Algue nori
Marinade :
Sauce de soja (4 c. à s.)
Mirin (4 c.à s.)

Préparation : (15 minutes)

■ Couper le thon en gros dés et le mettre à mariner dans le mélange soja mirin pendant 15 minutes. Couper l'avocat en dés de la même taille et les mettre également

à mariner mais 5 minutes seulement.

■ Râper l'igname après l'avoir soigneusement épluchée. On peut également l'écraser ou la passer au mixeur.
■ Disposer le thon et l'avocat au fond du bol et napper avec l'igname. Ajouter une pointe de wasabi, un peu de ciboule hachée et de l'algue nori coupée très fin.



Chaque dimanche,
Wasabi vous propose des
**cours de sushi ou de
cuisine japonaise traditionnelle.**

Pour consulter les horaires
et s'inscrire :
www.wasabi.fr

La nouvelle jeunesse de Mr Prunier

« LA TROISIÈME JEUNESSE DE
MADAME PRUNE », JOLI ROMAN DE PIERRE
LOTI CONSACRÉ AU JAPON, NOUS A FOURNI LE
PRÉTEXTE À CE TITRE FACILE MAIS PARFAITEMENT
ADAPTÉ À NOTRE SUJET PUISQUE LE JAPON, GRÂCE AU
CHEF ERIC COISEL, CONTRIBUE DISCRÈTEMENT À LA REMISE
EN SELLE DE CE « MONUMENT » DE LA GASTRONOMIE FRANÇAISE.

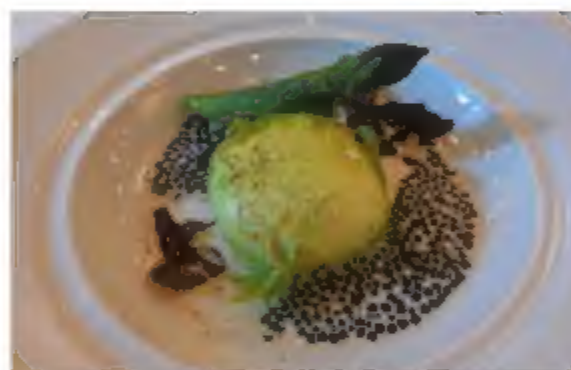
Eric Coisel met un
soupon de Japon
dans sa cuisine.



Par Patrick
DUVAL

C'est en 1872 qu'Alfred Prunier ouvre son premier restaurant rue Duphot, près de la Madeleine. Son fils en ouvre un second, en 1924, avenue Victor Hugo, qui sera fréquenté par Proust puis par Hemingway avant de fermer ses portes en 1988. Les travaux de rénovation, en grande partie financés par des fonds japonais (déjà !), dureront 5 ans. L'homme d'affaires et esthète Pierre Bergé le rachète en 2000 et choisit Eric Coisel comme chef ce qui, insensiblement, nous ramène au Japon.

Car Coisel est ce qu'on appelle un « fan » de culture nipponne. A commencer par les algues qu'il découvre grâce à une amie... coréenne. Très vite, ce Normand qui ne connaissait que le varech de la manche va s'intéresser de près au *nori*, au *wakame* ou au *kombu* royal au point d'en faire un livre (Ma cuisine aux algues) et d'en introduire - à



doses homéopathiques mais quand même - dans sa cuisine prunière (voir recette ci-contre).

Pourtant, ce n'est que tout récemment, en 2008, qu'Eric Coisel découvre le Japon en chair et en os. Ou plutôt en chair et en arêtes... car à peine arrivé à Tokyo, ce spécialiste des produits de la mer n'a qu'une hâte : se rendre à Tsukiji, le plus grand marché au poisson du monde. « J'y suis resté une journée entière, se souvient-il encore tout émerveillé. Je voulais voir tout ce qui s'y passait depuis l'arrivée du poisson, vers trois quatre heures du matin, jusqu'à la fin du marché en début d'après-midi sans manquer, évidemment, la fameuse vente aux enchères des thons... ». Il en profite pour goûter toutes sortes de plats introuvables en France comme les « tripes de bonite » et s'avoue bluffé par le sens du produit qu'ont les Japonais : « Là-bas, tout est net, précis... La présentation des plats est toujours impeccable ».

De retour en France, Eric Coisel n'a pas voulu bouleverser sa cuisine car il sait que les nouveaux goûts ont toujours du mal à s'imposer. Les algues, surtout, n'ont encore rien d'évident pour une

A g. l'oeuf poché entouré
d'une laitue de mer. A d., le
tartare de bar aux algues.





Pavé de bar sauvage en papillote de kombu royal cuit à la vapeur (par Eric Coisel)

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 4 pavés de bar de 120g à 150g chacun bien épais ■ 4 morceaux de kombu royal (algue fraîche au sel) ■ 4 feuilles de basilic
- 4 petites cuillères à café de tapenade ■ 4cl d'huile d'olive
- 50g de beurre ■ Sel, poivre ■ Piment d'Espelette

DÉROULEMENT DE LA RECETTE

Faites couper par votre poissonnier 4 pavés de bar bien épais. Demandez-lui de garder la peau mais d'enlever toutes les arêtes. Coupez ensuite 4 bandes de kombu royal de 16 cm et mettez les à dégorger à l'eau froide pendant 8 minutes. Badigeonnez d'huile d'olive chaque morceau de kombu et disposez sur chacune d'entre elles un morceau de bar assaisonné de chaque côté de sel et de poivre du moulin. Ajoutez une cuillère de tapenade, une feuille de basilic, une petite noix de beurre, une pincée de piment d'Espelette. Bien refermer la papillote en enveloppant le tout, disposer sur une plaque et cuire à la vapeur pendant 6 à 7 min. Récupérer le jus de cuisson, lui ajouter une noix de beurre et un filet d'huile d'olive. Disposer les papillotes sur les assiettes en ouvrant légèrement le kombu, ajouter le jus tout autour.

L'oeuf à la coque aux algues à déguster



clientèle somme toute assez classique. Aussi, faut-il vraiment scruter la carte pour y dénicher les huîtres Gillardeau aux algues *nori* (d'une subtilité toute iodée), le tartare de bar aux algues qui mêle agréablement le parfum de l'huile d'olive à celui du végétal marin, l'œuf poché entouré d'une laitue de mer et servi avec une sauce au caviar ou encore le bar au kombu royal, parfaitement cuit à l'arête (voir recette ci-dessus).

Bien entendu, Eric Coisel continue d'œuvrer dans la grande tradition de Prunier, spécialiste du poisson et des produits de la mer depuis son ouverture et, plus récemment, du caviar d'Aquitaine que la maison distribue sous sa propre marque. Mais il joue, à sa façon discrète, la carte de la rencontre des cultures et peut, sur commande, réaliser un repas entier à base d'algues... Jusqu'au dessert !

Equipement professionnel pour sushi

- Autocuiseur à riz
- Machine à laver le riz
- Machine à couper les concombres
- Machine à faire les sushi



MACHINES A SUSHI

iMaki

www.fujisciki.eu

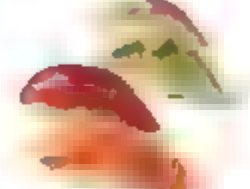


Mrs Maki



Mr Nigiri

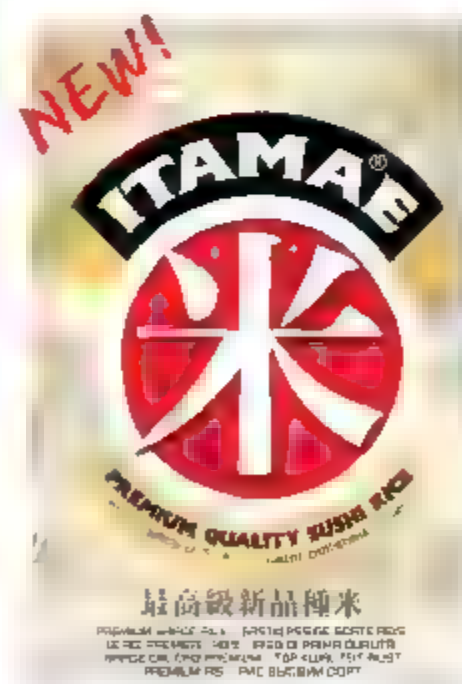
Machines manuelles



THANH SON IMEX S.A.R.L. - France
info@thanhson-mex.com

RIZ ITAMAE

Nouvelle référence



...de la tradition japonaise

CONTACT DISTRIBUTEUR

Shôyu,



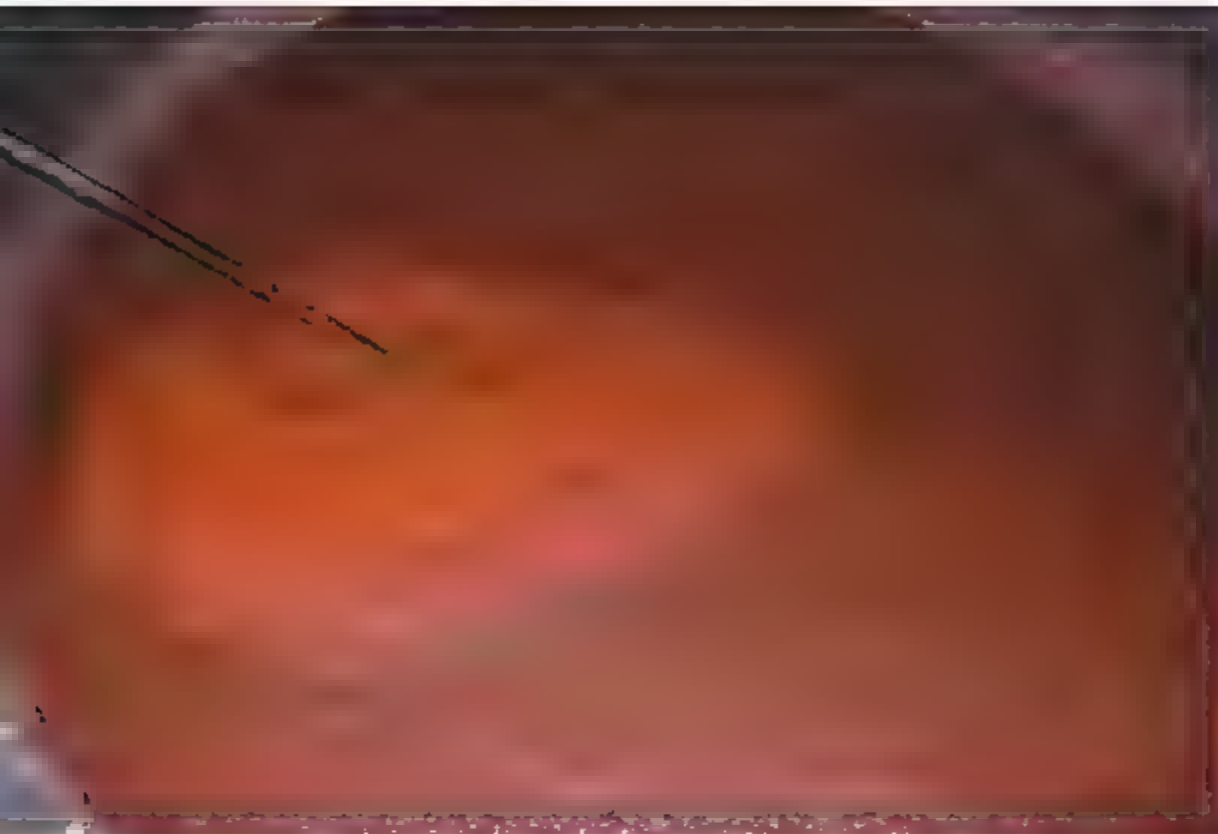
l'or noir du Japon

Condiment le plus populaire des cuisines asiatiques, le shōyu ou sauce de soja, symbolise plus que tout autre le goût du Japon où chaque habitant en consomme en moyenne dix litres par an ! Aussi indispensable que le poisson cru ou le riz lorsqu'on déguste un assortiment de sushi, il est également utilisé en cuisine pour relever une marinade ou, mélangé à du saké ou à du mirin, donner la fameuse sauce teriyaki... Mais au fait, que contient exactement cette sauce dont les ventes dans le monde ont explosé ces dernières années ?

Par Jean-Luc
Toula Breysse

Produit originaire de Chine où il est apprécié depuis plus de 2500 ans par les sujets des Fils du ciel, la sauce de soja apparaît au Japon dès le VI^e siècle en même temps que le bouddhisme. Et pour cause : des moines revenant du continent en glissent dans leurs bagages aux côtés de saints manuscrits y succombant avec délice à l'heure des repas, suite à des heures de méditation. Mais ce n'est véritablement qu'au milieu du XIII^e siècle que Kakushin, maître japonais de l'école zen, révolutionne, presque fortuitement, les habitudes culinaires nippones. De l'Empire du Milieu où il était parti chercher la voie qui mène à l'Éveil, il revient surtout avec du miso (pâte de soja fermentée) dont il constate en cours de route qu'il en sort un curieux liquide noirâtre. Le tamari, ancêtre du shōyu, était né ! Il faut, pour comprendre le succès presque

immédiat de ce drôle de jus, replacer sa découverte dans le contexte religieux de l'époque. Selon les préceptes qui régissent alors le bouddhisme, il est en effet strictement interdit de consommer de la viande et des sauces à base de produits carnés. La fermentation des haricots de soja constituera une alternative d'autant plus idéale que c'est aussi un excellent conservateur. Son arôme délicatement fumé séduit tout de suite les populations de ■



Additionnées d'eau de source et de sel, les fèves de soja doivent fermenter en cuve entre 6 mois et 2 ans.

■ ■ l'archipel qui ne connaissent auparavant qu'une sauce salée à base d'un épais jus de poisson fermenté proche du nuoc-mâm vietnamien.

Les Japonais s'approprient donc le shōyu et, comme ils le font presque toujours quand ils importent un produit ou une idée, le perfectionnent au fil du temps. Leur contribution consistera ici à lui ajouter une quantité égale de céréales ce qui en améliore singulièrement le goût. L'engouement ne se fait pas attendre et dès le XVI^e siècle, le shōyu tient l'un des tout premiers rôles dans la gastronomie nipponne même si son usage reste encore confiné à la région du kansai.

Ce n'est en effet qu'à partir du début de l'ère Edo (1603-1867) que les habitants de la future Tokyo commencent à utiliser la sauce de soja. Jusque là, seul le miso, plus facile et plus pratique à l'emploi, était employé dans les cuisines.

Les premiers fabricants de sauce soja s'installent à Noda, au bord du fleuve Edo qui devient rapidement l'un des plus importants centres de production de shōyu au Japon. Même si aujourd'hui le shōyu est fabriqué un peu partout dans le pays, Noda de-

Secrets de fabrication

Derrière la fausse simplicité de son apparence, la sauce de soja est le résultat d'un processus de fabrication relativement complexe et plus ou moins long. Première étape : les fèves de soja sont cuites à l'étuvée puis écrasées. Des grains de blé, préalablement grillés et concassés, sont alors ajoutés puis mélangés aux fèves. C'est le degré de torréfaction de la céréale qui déterminera la teinte de la future sauce et en partie sa saveur. Cette matière première fermente une première fois pendant trois jours dans un local chaud et humide avec une levure de riz appelée *koji* (utilisée également dans la fabrication du saké), qui poursuit son action pour donner à la matière épaisse une consistance et vivante transformation. La température idéale lors de cette phase se situe entre 28 et 30°. Une fois le mélange prêt, les brasseurs y ajoutent de l'eau de source et du sel marin. Le moût, appelé *moromi*, fermente alors naturellement une seconde fois durant une période qui va de six mois au minimum à deux ans - voire davantage - en cuve. Chaque jour le maître brasseur doit remuer le mélange avec une longue spatule en bois afin que la fermentation soit homogène. Durant cette période-clé, des micro-organismes (dont trois bactéries spécifiques, des acides lactiques et des levures) se développent et provoquent, par leur action, une légère et subtile acidité. L'élaboration des arômes à ce stade cristallise toutes les qualités d'un bon produit. Après ces longues opérations, quand la mixture arrive à maturité, elle est pressée, filtrée et pasteurisée (sauf si elle est "ultra-filtrée" comme la sauce Sanbishi) pour qu'enfin soit extrait le précieux liquide. Un processus de fermentation naturel qui se fonde évidemment sur le choix des ingrédients mais aussi sur les conditions de suivi de fabrication et le savoir-faire des maîtres brasseurs.

JEAN LUC TOULA BREYSSÉ



Dans les fabriques traditionnelles, le moût de soja (moromi) est brassé chaque jour à la main.

SINCE 1845



Rouge ou noire ?

On reconnaît une sauce de soja supérieure
à sa robe légèrement rouge



YAMASA CORPORATION

Un choix naturel





On met toujours
très peu de sauce
dans la coupelle.

meure, dans la mémoire collective nipponne, le fief de l'excellence. Quand l'empire insulaire se ferme, au milieu du XVII^e siècle, les marchands hollandais sont les seuls Européens à pouvoir commercer à partir de leur comptoir de la Compagnie des Indes orientales basée dans la rade de Nagasaki. Ils ont alors le monopole de l'exportation en Occident d'un certain nombre d'objets et de denrées dont la sauce de soja qu'ils feront découvrir à l'un des plus fins gastronomes du royaume de France : Louis XIV en personne. Difficile d'imaginer que le maître queux du monarque maria un jour le



A bannir : le sushi
noyé dans la sauce.

La bonne shōyu attitude

Il n'est pas rare, lorsqu'on s'installe au bar d'une sushiya parisienne, d'entendre des clients récemment acquis au poisson cru réclamer de la « sauce sucrée » pour y tremper maki et nigiri. De nombreux restaurateurs n'hésitent pas, d'ailleurs, à laisser à la disposition de leurs clients les deux types de sauces afin que chacun se serve selon son goût.

Il faut cependant savoir qu'au Japon, il ne viendrait à l'idée de personne d'assaisonner les sushi à la sauce de soja sucrée laquelle est généralement réservée aux brochettes ou au poisson grillé « teriyaki ». Précisons que le riz à sushi étant déjà légèrement sucré, il n'est ni agréable au palais ni spécialement d'étiquette d'en rajouter une couche...

Il y a par ailleurs une façon japonaise de verser le shōyu dans la coupelle et... une autre, nettement moins élégante. Si vous ne voulez pas vous retrouver avec la moitié de vos sushi flottant lamentablement dans le soja, ne remplissez jamais la coupelle à ras bord (quitte à vous resservir plusieurs fois) et effleurez la sauce côté poisson, jamais côté riz. Vos sushi n'en seront que meilleurs. PATRICK MARIAS

Nishikidōri Market

Tous les produits traditionnels de la gastronomie japonaise

Nous avons sélectionné pour vous les meilleurs produits japonais qui, dans leur extraordinaire simplicité, valoriseront à merveille vos créations culinaires et les laisseront s'exprimer dans toutes leurs diversités.

Tél. +33 (0)2 40 23 33 99
contact@nishikidori-market.com

www.nishikidori-market.com

京子 KIDKO

Tous les ingrédients ainsi que tous les conseils pour cuisiner japonais

 Magasin
46 rue des petits Champs
75002 Paris
tel: 01 42 61 33 65
mardi au samedi 10h-20h
dimanche 11h-19h



Pour les professionnels
du lundi au vendredi
8h-16h
tel: 01 45 21 46 99



www.kidko.fr
kidko@kidko.fr



www.mizkan.co.uk

 **mizkan**
Bringing Flavour to Life

 **SHODA SHOYU CO., LTD.**

Sauce de soja SHODA
Un avant goût du bonheur



Depuis 1873,
Sauce de soja garantie sans OGM,
Brassée naturellement,
et fabriquée au Japon.

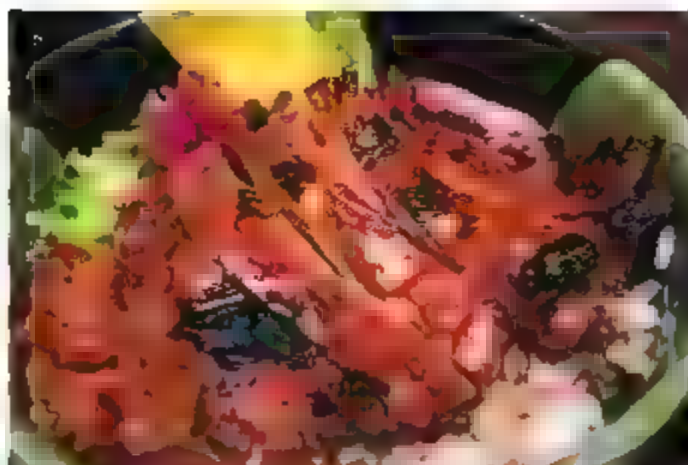
La recherche continue de l'excellence



Distribué par 

www.foodex.fr

Le poulet teriyaki
l'une des 1001 façons
d'utiliser la sauce soja



■ ■ *shōyu* avec les viandes et les légumes du potager de Versailles. Qui sait si le Roi Soleil n'aurait pas aimé y tremper un sushi... Au printemps 1873, la sauce de soja venue du Japon est l'une des vedettes de l'Exposition universelle de Vienne. Il en sera de même quelques années plus tard à Amsterdam

A l'heure de la Restauration du régime impérial de l'ère Meiji (1868-1912), un professeur allemand, un certain Langgardt qui enseigne à l'université de Tokyo, se penche sur le processus de fabrication de la sauce de soja. A son retour dans son pays natal, il s'en inspirera pour créer le fameux bouillon Maggi. Leader du marché mondial, Kikkoman produit, depuis plus de trois cents ans, des sauces naturellement fermentées et surtout sans additifs artificiels. Les *shōyu* de cette florissante brasserie figuraient déjà à la table des shoguns. Aujourd'hui encore, une cuvée impériale est toujours livrée au Palais. Ce qui ne l'empêche nullement d'innover : à côté de ses flacons classiques, la célèbre marque a lancé une sauce de soja à teneur en sel réduite ainsi que des sauces soja « sucrées » destinées aux marchés étrangers (voir encadré p. 16). ■

C'EST MA SUCRÉE À MOI!

La nouvelle sauce soja sucrée Kikkoman est fabriquée à partir de sauce soja naturellement fermentée et d'autres ingrédients de qualité dûment sélectionnés. Elle accompagne naturellement le riz qu'elle vient napper. La sauce soja sucrée assaisonne aussi agréablement les salades, ou se marie parfaitement au vinaigre et à l'huile d'olive.

www.kikkoman.fr



KIKKOMAN

Pour votre santé, pratiquez une activité physique régulière. www.mangerbouger.fr



Le rayon soja d'un supermarché au Japon. Chaque marque propose 3 à 4 variétés de sauces

Le sel des Japonais

Le shōyu déploie des arômes uniques qui viennent en premier lieu de l'ingrédient principal en l'occurrence les fèves de soja, une légumineuse à haute valeur nutritive, riche en protéines et en graisses. Son inégalable douceur salée concentre une harmonie complexe de saveurs. Un bouquet fruité à la note sobrement piquante. D'abord, il y a le umami, ce cinquième goût si particulier (lire Wasabi n°18) plein de sapidité venue de la modification d'acides aminés contenus dans le soja et également présent dans le blé. Puis le goût du sel (shio mi) bien sûr qu'atténue la douceur (ama mi) produite par l'amidon du blé. Enfin, on peut percevoir une certaine l'acidité (san mi) provoquée par les acides organiques sans oublier la légère amertume (niga mi) qui complète l'équilibre des saveurs.

Il existe plusieurs sortes de shōyu avec différents degrés de concentration. La sauce de soja foncée, koi-kuchi shōyu, se ca-

ractérise par son goût prononcé. À elle seule, elle représente plus de 80 % de la production. Ce beau liquide brun aux couleurs d'ambre est apprécié par les gens du Nord et d'Edo (ancien Tokyo). La sauce de soja claire, usu-kuchi shōyu, car le blé alors utilisé est moins grillé et la fermentation plus lente, généralement fabriqué dans la préfecture de Hyōgo, demeure la préférée des habitants du Kansai particulièrement à Kyōto et à Osaka. Bien que plus salée, elle serait, pour les inconditionnels de la cuisine de l'Ouest, d'une plus grande subtilité. Le tamari, du verbe tamaru signifiant en langue japonaise s'accumuler, se distingue des autres sauces de soja en ce qu'il ne contient en principe pas de blé ni d'autres céréales. Parfois dénommée tamari shōyu, cette préparation est plus foncée et plus concentrée que les autres shōyu. Le tamari peut être utilisé pour les sashimis, les plats mijotés ou les

grillades de poissons. Il existe aussi le sashikomi, un shōyu à double fermentation, parfois confondu avec le tamari. Et le shiro shōyu, ou « shōyu blanc », produit dans la région du Kansa avec une quantité plus élevée de blé et d'eau salée.

Attention, lors de l'achat d'une sauce, il faut lire attentivement la composition du produit proposé. Il doit être garanti sans O.G.M., sans adjonction de conservateur, de colorant et d'exhausteur de goût. Les sauces de soja très bon marché, généralement chinoises, ne sont qu'un ersatz dans lequel se retrouvent du sel, de soude, des protéines végétales diverses, du sucre, du caramel et du glutamate. Une fois le bon flacon choisi, il est préférable de le conserver à l'abri de la lumière pour éviter toute altération et de le conserver au frais. Pour que le régal soit à la hauteur des attentes de cette préparation japonaise devenue aujourd'hui universelle.

JEAN-LUC TOULA-BREYSSÉ

■ Parallèlement, de très nombreuses productions artisanales perdurent fournissant des restaurants traditionnels, à l'exemple de la maison Kamebishiya, située dans la préfecture de Kagawa. Depuis 1753, la méthode de fabrication est ici transmise dans le respect de la tradition. Cette brasserie artisanale, de génération en génération, propose un must : une sauce de soja de dix ans d'âge, réalisée à partir de fèves de sojas issues de l'agriculture biologique et qui vieillit dans des fûts de cèdre. Un nectar tant pour sa délicatesse que pour sa puissance que l'on peut commander sur le site www.nishikidori-market.com. Mais l'excellence, ça se paie : 59,50 € le litre ! A ce prix, mieux vaut bien choisir son poisson ! ■

A chacun sa sauce

Alors qu'on ne trouve, en Europe, que quelques marques de sauce soja, dont le géant Kikkoman qui domine le marché, au Japon, des centaines de *shōyu* -souvent produits de façon artisanale- sont à la disposition des consommateurs, chaque région ou presque produisant sa sauce. C'est le cas, par exemple, à Nagoya où la sauce Sanbishi est de loin la plus vendue. Il faut dire qu'il s'agit d'une sauce non pasteurisée dont l'arôme est très différent des sauces traditionnelles. La sauce Yamasa est également très populaire sur l'archipel et domine même le secteur de la restauration à Tokyo (environ 60% du marché). Produite depuis 1645, elle fut proclamée « meilleure sauce de soja » par le dernier shogun en 1864. Enfin, la marque Shoda, commercialisée en France par la société Foodex, présente la particularité d'être exploitée par la même famille depuis 1873 ! Très parfumée, elle est parfaite avec les sashimi. P.M.

SANBISHI

しょうゆ
サンビシ

Sauce de soja japonaise
Explorez la différence

TRADITION & QUALITÉ
Sauce de soja naturelle sans OGM ni conservateurs depuis 1896

Spéciale connaisseurs
La seule sauce de soja "crue" du marché
*La sauce Sanbishi est obtenue par ultra-filtration, sans pasteurisation d'où son goût unique

Distribution :
Wash Son Imex SARL
francois.washson@orange.fr

En vente :
chez Michel, 48 rue de Petite-Champs, Paris 75002
et chez Epi Cash & Carry, 20-24 rue d'Orly, Paris 75013

EDOKKO

江戸っ子

0,30

1,7



Sushis à comptoir tournant

27, Boulevard des Italiens, 75002 Paris

Tél : 01 40 07 11 81

Ouvert de 12h00 à 00h00



Dégustez nos sushis, yakitori et nouilles japonaises jusqu'à minuit !

UMEBOSHI

La prune

qui donne la pêche

Textes et photos
Guillaume LOIRET

Les flancs de colline sont verts et bleus dans la région de Tanabe. Verts en raison des nombreux pruniers qui les habillent, bleus comme les filets tendus entre leurs branches pour recueillir bientôt les fruits arrivés à maturation. Verts et bleus, comme l'exploitation de M. Ikuzoe, qui fait visiter son hectare planté de 300 pruniers. Derrière lui, les arbres sont chargés de petites prunes. Elles sont une quinzaine par branche, mais seules trois à cinq d'entre elles seront sélectionnées pour être transformées en *umeboshi* : les fameuses prunes salées de Kishu. Les Japonais raffolent de ces prunes au goût très acide et salé, qui arrache une grimace bien naturelle au *gaijin* qui en mange pour la première fois. Appartenant à la catégorie des *tsukemono* (aliments saumurés), les prunes salées se dégustent dans des plats de tous les jours, posées sur le riz des plateaux *bentô* ou enfouies dans celui des boules *onigiri*. Plusieurs régions en produisent au Japon mais ici, au cœur de la préfecture de Wakayama, dans la région sacrée de Kumano, on se targue de produire les meilleures prunes salées de tout le pays. Et les Japonais le reconnaissent volontiers : de la même manière qu'il y a le thé de Shizuoka, le bœuf de Kobé, ou le saké de Niigata, tout le monde connaît les prunes de Wakayama. Leur nom de scène : *Kishu nanko ume* « Kishu » est le nom de l'ancien domaine féodal local. « *nanko* » désigne une variété de prunier et « *ume* » signifie simplement prune.

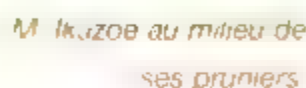
CA RESSEMBLE UN PEU À UNE CERISE AU KIRSCH MAIS ATTENTION, CA N'A PAS DU TOUT LE MÊME GOÛT ! LES JAPONAIS RAFFOLENT DE CES PRUNES ULTRA ACIDES DONT LES MEILLEURES SONT PRÉPARÉES DANS LA RÉGION DE TANABE, AU SUD D'OSAKA, OÙ L'ON DÉGUSTE L'UMEBOSHI A TOUTES LES SAUCES

Umeboshi maison

Voilà plus de 70 ans que la maison Kihô-en produit des *umeboshi*. Presque l'âge de M. Ikuzoe, qui dirige aujourd'hui cette petite entreprise familiale de cinq employés. Il représente la troisième génération mais respecte toujours la manière de faire et le calendrier séculaire de la production des *umeboshi*. Les fleurs blanches du prunier japonais apparaissent en janvier et sont pollinisées en mars ; on récolte les fruits courant juin, lorsque leur couleur verte vire au jaune, et on les laisse à l'eau plusieurs heures pour atténuer leur amertume. Vient ensuite la fermentation dans le sel, moment-clé du processus. Parmi les prunes récoltées l'an dernier, certaines macèrent encore

Après fermentation et salaison, les prunes sechent au soleil.





« Autrefois, les prunes se mangeaient très salées, explique M. Ikuzoe en montrant un antique bocal

24 ■ WASABI N°20 ■ automne 2009

Le vin de prune, une boisson tendance

L'umeshu ou vin de prune est l'autre célébrité gustative de la région. Un alcool doux (environ 15%) et sucré, servi sec, avec des glaçons, ou dilué dans l'eau qui connaît, sur l'archipel, un succès de plus en plus grand. Chacun à Tanabe a sa recette secrète, sa touche personnelle.

Dans une usine moderne à la périphérie de la ville, une centaine d'employés travaillent à la fabrication de prunes salées et de liqueur estampillées « Nakata », une marque connue dans tout le Japon et auréolée d'une visite du couple impérial lors de son centenaire en 1997.

Entre les bâtiments de la manufacture, difficile de manquer ces énormes cuves qui contiennent chacune près de 20.000 litres de liqueur en fermentation. Avant d'atterrir dans ces cuves, les prunes ont été triées (celles qui tombent des branches finissent en liqueur, celles qui sont cueillies en umeboshi), puis mélangées à de l'alcool et du sucre (qui fait sortir le jus des fruits lors de la fermentation). Elles mûrissent quatre mois en cuves, avant qu'on ne les en retire (les prunes peuvent alors être consommées nature ou en compote) pour ne laisser que la liqueur, qui fermente seule pendant huit mois.

Dans ce processus, deux éléments vont conférer à l'umeshu son goût, son caractère et sa fraîcheur : tout d'abord, l'alcool utilisé pour la fermentation. Le shôchû (alcool distillé) de blé ou de pomme de terre préserve le goût original de la prune, mais on peut choisir d'en utiliser un à la saveur plus forte, voire de l'alcool de riz fermenté (nihonshû ou saké).

Plus importantes encore que l'alcool sont la méthode de fermentation et sa durée. Car une fois les prunes retirées, il est possible de laisser le jus macérer des mois voire des années, créant ainsi des saveurs plus ou moins prononcées, certaines développant un intéressant goût de noyau.

Chez Nakata, la star des umeshu s'appelle Taru, une liqueur préparée avec des prunes nanko ume stockées dans des fûts de chêne pendant plusieurs années comme du Bordeaux ou du whisky. Cette maturation particulière en fait une boisson plus forte en alcool (20%) et un peu plus chère qu'une bouteille classique : 1000 yens le litre soit environ 8 euros.

nier a fini par céder la place à celle de cerisier, devenue symbole national.

Elle va peu à peu être oubliée au profit du fruit qu'on prend l'habitude de saler pour faciliter sa conservation. Elle est restée depuis un mets largement apprécié par les Japonais, au point d'être déclinée en confitures, bonbons, gâteaux, mais aussi en jus, liqueur (*umeshu*) ou vinaigre. Et dans les ruelles de Tanabe, au pays de la prune, les restaurants mettent l'*umeboshi* à toutes les sauces. Entière, la voici trempée dans le thé vert, dans un bouillon clair, ou dans un pot-au-feu nabe ; écrasée, elle vient relever la sauce *ponzu* ou les légumes (on trouve des tubes de pâte d'*umeboshi*, comme celle de wasabi, dans les magasins) ; émincée, elle accompagne les salades.

Un remède miracle

Il faut dire que les qualités nutritives et médicales des *umeboshi* sont leur meilleur argument de vente. Tous les Japonais vous le diront : « *umeboshi* le matin maintient loin le médecin ». La version japonaise du fameux « *an apple a day*

keeps the doctor away » des Britanniques.

Il faut dire que croquer une prune salée donne un sacré coup de fouet, et « dope » pendant l'effort, car l'acide citrique contenu dans le fruit aide à éliminer l'acide lactique qui se forme alors dans les muscles. Les samourais ne s'y trompaient pas qui avalaient des prunes salées avant les combats pour gagner en énergie et après, pour se reconstituer. À cette époque, on s'était aussi aperçu des propriétés antibactériennes de la prune salée (propres au benzaldéhyde qu'elle contient), et elle permettait de conserver le riz cuit sans craindre les infections.

Aujourd'hui, les Japonais vouent toujours un culte aux vertus multiples de l'*umeboshi*, remède efficace contre le rhume, les problèmes digestifs, ou la gueule de bois, régulatrice de l'activité du foie et de l'estomac. Des recherches en médecine sont en cours pour déterminer comment les prunes salées aident à prévenir certains cancers et lutter contre les cellules cancéreuses grâce à ses pinène, citral, linatol, acide oléique et autre pipénone bien agréables à avaler...



THE NEW VALUE FRONTIER

KYOCERA

Créateur
du couteau
céramique



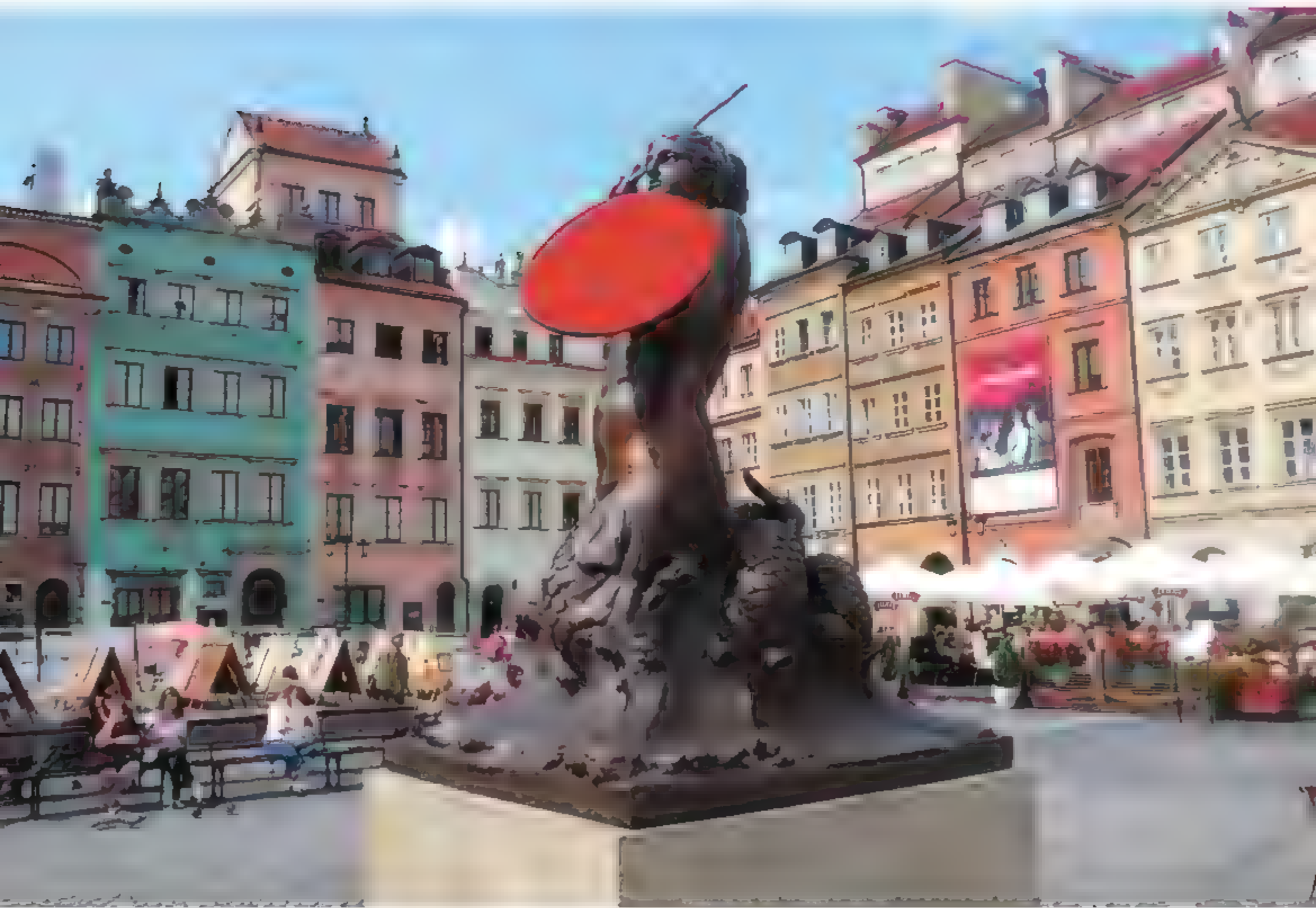
Tél. : +33.9.50.08.63.92

Fax : +33.9.55.08.63.92

e-mail : contact@naito.fr

Kyocera Fineceramics SAS
4, allée du commandant Mouchotte
91781 Wissous Cedex

Week-end nippon à Varsovie et



à Cracovie

Par Patrick **MANASSON**
et Léonor **GRASER**

TRADITIONNELLEMENT ADEPTES DU POISSON FRIT OU MARINÉ ACCOMPAGNÉ DE POMMES DE TERRE ET DE CHOU, LES POLONAIS N'ÉTAIENT PAS, AU DÉPART, UNE CLIENTÈLE ÉVIDENTE POUR LA GASTRONOMIE NIPPONE. POURTANT, À VARSOVIE COMME À CRACOVIE, LES SUSHI BARS ONT POUSSÉ CES DERNIÈRES ANNÉES COMME DES SHIITAKE ET NE DÉSEMPLISSENT PAS MALGRÉ LA CRISE. COMME UN PEU PARTOUT DANS LE MONDE, L'ARGUMENT SANTÉ ET ANTI-KILOS A TROUVÉ ICI UN ÉCHO D'AUTANT PLUS GRAND QUE LA CUISINE TRADITIONNELLE POLONAISE N'EST PAS PARTICULIÈREMENT DIÉTÉTIQUE. LA MODE JAPONISANTE, À COMMENCER PAR LES MANGA, A FAIT LE RESTE.

LES CHEFS JAPONAIS SE COMPTANT SUR LES DOIGTS D'UNE MAIN, DE JEUNES CUISINIERS POLONAIS SANS COMPLEXES SE SONT EMPARÉS DES TECHNIQUES DE BASE DU SUSHI (ET SURTOUT DU MAKI) POUR INVENTER D'ÉTONNANTES COMPOSITIONS LOCALES QUI DÉFILENT DEVANT LES CLIENTS AU GRÉ D'UNE RIVIÈRE ENCHANTÉE.

ON CONNAISSAIT LES COMPTOIRS TOURNANTS. VOICI LES COMPTOIRS FLOTTANTS POUR MIEUX SURFER SUR LA VAGUE DU SUSHI...



Carottes et radis sculptés
Une déco plus thaïe
que japonaise

VARSOVIE

INABA

C'est l'un des plus anciens japonais de Varsovie et il figure en première place sur la liste que vous fournit l'ambassade du Japon quand vous leur demandez conseil. Situé en sous-sol, un peu à l'écart du centre-ville, Inaba qui arbore une déco on ne peut plus traditionnelle, appartenait autrefois à des Japonais mais le chef actuel est thaï et, malgré de louables efforts, il s'éloigne inéluctablement du goût nippon, y compris sur le plan esthétique, n'hésitant pas, par exemple, à décorer les plats avec des bonsaïs en plastique ou des carot-

tes « sculptées » d'un effet assez « cheap ». Nous avons essayé l'agedashi dôfu qui s'est révélé aussi conace à mastiquer qu'un chewing-gum, et des aubergines au miso tristement cuites à l'eau avant d'être recouvertes d'une sauce trop sucrée. Restent les sushi : pas renversants mais qui, honnêtement, méritent la moyenne une fois débarrassés des carottes !

Ul. Nowogrodzka 84/86. Tél. : 022 622-5955

ART SUSHI

Dans la même rue mais en remontant vers le centre, Art sushi affiche son ambition de s'affranchir de la tradition (tous les chefs sont polonais) au



maki non conventionnels
chez Art Sushi

- profit de toutes sortes de rainbow maki et autres California rolls à l'avocat ou au shiitake (les enfants adorent). On peut toutefois y échapper avec la formule bento, à midi, avec tempura ou tonkatsu. Déco soignée tendance « zen » avec, tout au fond, un bar à sushi... sans tabouret

Ul. Nowogrodzka 56. Tél. : 022 621-7720

77 SUSHI

Toujours dans la rue Nowogrodzka qui a décidément des airs de rue Sainte-Anne locale, 77 sushi fait partie d'une chaîne de 4 restaurants où les chefs, tous polonais, s'amuse à créer leurs propres sushi (le plus souvent des maki californiens) avec des ingrédients aussi inattendus que de la confiture, de la mozzarella ou du butterfish (stromatée en français mais d'une telle concentration en graisse qu'on pourrait l'appeler « poisson-saindoux »...) La grande spécialité de la maison semble être une lamelle de thon (un peu fatiguée le jour de notre visite) roulée autour d'une boulette de riz et surmonté d'un œuf de caille. Service sympathique.

Ul. Nowogrodzka 38. Tél. : 022 622-9214

NIPPONKAN

4^e restaurant japonais de la rue, Nipponkan est un kaiten sushi dont plus personne ne se rappelle quand il a ouvert tant il fait vieillot. Le tapis sur lequel tournent toutes sortes de choses plus ou moins desséchées a longtemps revendiqué le titre de « plus long kaiten d'Europe » mais mériterait aujourd'hui celui de « kaiten sur lequel les sushi tournent le plus longtemps ». Deux petites assiettes nous ont suffi pour comprendre et déguerpier. Signalons que Nipponkan propose aussi de la cuisine teppanyaki que nous n'avons pas eu le courage d'essayer...

Ul. Nowogrodzka 47A. Tél. : 022 585-1028

KAYA

Il ne faut pas longtemps à l'amateur éclairé pour repérer, derrière les gestes précis et élégants du sushi man, ceux d'un vrai professionnel japonais. Bingo ! Minoru Nagano est actuellement le seul vrai nippon à œuvrer derrière un comptoir varsovien. Le propriétaire (coréen) qui a racheté l'an-

cien Akasaka a en effet eu la bonne idée de reprendre le chef avec les murs et, même s'il a ajouté quelques plats typiques de son pays (kimchi et surtout délicieux raviolis grillés), on peut déguster ici les meilleurs sushi de la ville. Ne prenez rien de ce qui tourne sur les petits bateaux qui vont sur l'eau (le kaiten « rivière enchantée » est la grande tendance en ce moment à Varsovie) et demandez au chef de vous servir « omakase » c'est-à-dire selon son goût. Vous ne serez pas déçu ! Et s'il vous reste une petite place, optez sans hésiter pour une petite assiette de tori no karaage, poulet frit parfaitement réussi.

Ul. Grybowska 30. Tél. : 022 620-5025

SAKANA SUSHI

Ce restaurant branché des environs de la vieille ville mise beaucoup sur sa jolie déco et surtout sur la rivière qui charrie les petits bateaux pleins de sushi à l'avant du comptoir. Si vous ne faites pas mine de vous précipiter sur ceux-ci, le chef (polonais) vient vous demander si vous souhaitez goûter le plat du jour : un plateau de thon blanc à la sauce teriyaki (pas mal) servi sur un lit de légumes marinés avec une grosse boule de riz très tassé qui doit faire très mal si on s'en sert comme projectile mais peut-être davantage encore si on l'ingurgite...

Ul. Moliere 4/6. Tél. : 022 826-5958

KIKU

Dans ce même quartier assez chic, à deux pas du précédent, Kiku nous a littéralement ravis par la qualité de ses sushi et le sens esthétique de l'itamae (sushiman). Rien d'étonnant, il s'agit d'un Japonais - Saito san- maîtrisant son art à la perfection. Son original nigiri de filet de bœuf, en particulier, est à tomber ! Mais ne vous précipitez pas sur l'adresse : lorsque vous irez à Varsovie, il ne sera plus là : son contrat s'arrêtait fin juillet !

Ul. Senatorska 17/19. Tél. : 022 892-0901

SUSHIZUSHI

A en croire un expat français installé depuis quelques années à Varsovie, c'est l'Adresse branchée du moment. Il s'agit d'un simple comptoir derrière lequel opèrent deux jeunes chefs polonais

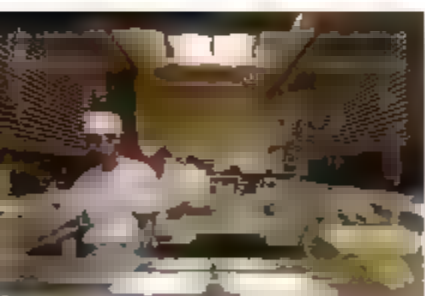
Un petit maki à la confiture ?



Minoru Nagano, seul chef japonais de Varsovie



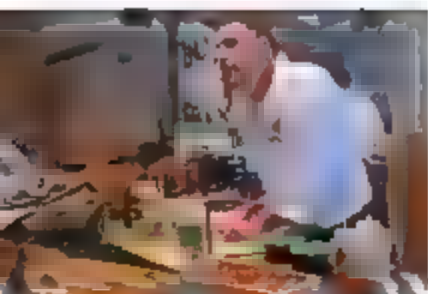
Question : que faire de la grosse boule de riz ?



Des sushi tournant un peu trop longtemps !



Dommage que Saito san ne soit plus là



Ultra-tendance : le sushi bar 100% polonais.



A essayer : les nigiri au saumon d'Alaska.



Cuisine en open space et clientèle internationale chez Akashia.



Une cuisine aussi goûteuse que décomplexée vis-à-vis de la tradition nipponne.

pleins d'énergie qui placent quelques mots de japonais en prenant les commandes. On peut, comme dans presque tous les sushi bars de Varsovie, attraper des petites assiettes sur les bateaux qui naviguent devant le comptoir ou commander directement au chef toutes sortes de sushi ou maki en indiquant du doigt les ingrédients qu'on veut. Clientèle de journalistes et de mannequins soucieux de leur ligne.

Ul Zurawia 6/12. Tél. : 022 420-3373

TOMO



Tomo, ami en japonais, est le principal challenger de Sushizushi dans le style branché. Même comptoir, même rivière de sushi, mais spécialités plus originales à l'image de ce filet de daurade au yuzu et aux truffes. Assez bon choix de poisson avec, notamment, du saumon d'Alaska au goût assez différent (moins gras) que celui de Norvège.

Ul Kucza 16/22. Tél. : 022 434-2344

AKASHIA



Située dans le quartier qui fut autrefois celui du ghetto, Akashia est une adresse plus secrète que les précédentes, fréquentée par de vrais amateurs de cuisine asiatique avec dominante coréenne. A peine assis, on vous apporte en effet, en guise d'amuse-gueule, les traditionnels kimchi. Sur la carte, pourtant, on trouvera pas mal de plats japonais : sushi, bien sûr, mais aussi tempura, tofu frit ou encore canard teriyaki.

La cuisine, en « open space » où s'active une armée de chefs presque tous asiatiques, est un bon divertissement quand la conversation retombe un peu.

Al. Jana Pawla II 61. Tél. : 022 636-6767

THE PLACE SUSHI



C'est le dernier né des sushi bars (mai 2009) et sans doute le meilleur dans le style « affranchi » de la tradition japonaise. Magnifiquement installé aux portes de la « vieille ville », The Place Sushi propose une cuisine qui s'inspire aussi bien de la tradition polonaise que nipponne ou thaïlandaise. Nous avons tellement aimé le sashimi New style et l'aubergine au miso que nous avons failli passer à côté du bœuf mariné au saké ce qui ■■

人間の都合とわさびの都合。

Wasabi: un légume qui a du piquant
Kinjirushi garantit le Wasabi pour un maximum de saveurs

Kimchi-Wasabi
(YK-250)
250g (8.84oz)

Wasabi râpé
(RO-1)
100g (7oz)

Wasabi râpé
(PS-200)
100g (7oz)

Wasabi préparé (Neri)
(PN-60)
4.5g (0.15oz)

Wasabi en sachet
(WS-22)
2.5g (0.08oz)

Numéro un japonais du marché professionnel

金印わさび

KINJIRUSHI SALES CO., LTD.

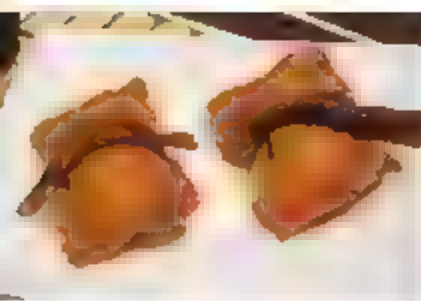
Contact

Paris office 9, rue de l' Echelle-75001 Paris
 E-mail: m-kunieda@kinjirushi.co.jp
 URL : <http://www.kinjirushi.co.jp>

■ ■ aurait été franchement dommage. Le service adorable et la déco épurée ont achevé de nous convaincre : The Place est vraiment « Le Lieu » à ne pas manquer à Varsovie.
Ul. Nowy Swiat 27. Tél. : 022 826-4517

CRACOVIE

EDO SUSHI

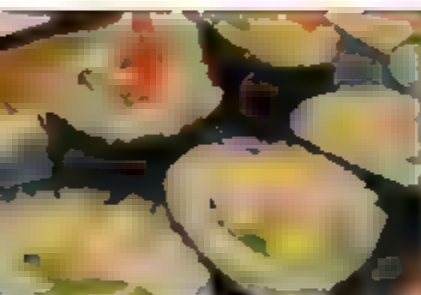


Les inanzushi du riz enveloppé dans une poche de tofu frit.

D'après les guides, ce restaurant tamisé de Kazimierz, l'ancien quartier juif, serait tout simplement le meilleur japonais de la ville. De grandes photos de Tokyo ornent les murs. Cadre minimaliste mais agréable. La carte propose un grand choix de sushi et quelques plats chauds mais lorsqu'on veut passer la commande, le choix est nettement plus réduit et la dégustation est décevante : le riz trop chaud, poisson cru insipide... Pourtant, le chef serait le seul « vrai » japonais de la ville... Seuls les Inanzushi, petites poches de tofu frit sucrées nouées de kampyo cuit, nous ont séduits ainsi que le large choix de thés.

Ul. Bozego Ciala 3. Tél. : 012 422-2424

SAKANA SUSHI BAR



Le roi du futomaki

A deux pas de la célèbre et immense place de la vieille ville, ce sushi bar qui fait partie d'une chaîne est le repère des branchés. Installés autour d'un bar où flottent des bateaux de sushi variés, les clients se côtoient de près dans cette cantine à l'ambiance animée. Ici, le futomaki est roi. Salé, sucré, à base de fromage philadelphia ou de wasabi, au poisson, aux légumes ou aux tempuras, le chef, plutôt inspiré, jongle avec les aliments de votre choix. Tout est frais, léger et savoureux et si

l'addition semble un peu excessive (environ 50€ pour deux), ce sushi bar est cependant l'adresse la plus satisfaisante de notre escapade.

Ul. Slawkowska 5-7 (rog sw. Jana i sw. Tomasza). Tél. : 012 429-3086

CAFÉ MANGGHA

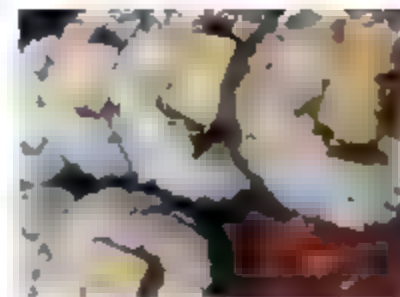
Le centre Manggha, musée des arts et techniques japonais, aura 15 ans cette année. Au rez-de-chaussée de ce bâtiment moderne situé sur le bord de la Vistule, le café Manggha offre une belle carte de thés japonais, des salades, quelques plats avec une dominance teriyaki et des sushi. Une cuisine sans prétention et sans surprise : préférez les nigiri aux maki (dont un camembert-salade !). Le cadre est assez froid mais tranquille et la véranda donne sur le château de Wavel, de l'autre côté du fleuve. Bien que le Lonely planet mise tout sur ce café, on vous conseillera plutôt d'y manger sur le pouce entre une visite du château et une exposition au musée.

Ul. Konopnickiej 26. Tél. : 012 422-2424

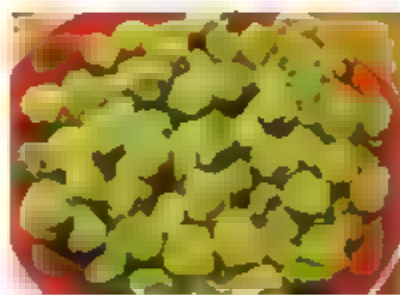
MIYAKO SUSHI

Il y a trois Miyako à Cracovie, dont un sushi bar sur la place. Ouvert fin 2008, celui de la rue Poselska ne semble pas pour le moment attirer les foules. L'endroit n'est pourtant pas désagréable et les plats, façon teppanyaki, (délicieuses crevettes sautées au beurre d'ail et au poivre vert) sont généralement réussis. Ce lieu intimiste est parfait pour une soirée tranquille à siroter une bière japonaise en grignotant des petits pois soufflés au wasabi.

Ul. Poselska 22. Tél. : 012 430-2090



Les aventuriers du goût pourront tenter le maki camembert salade



Les petits pois soufflés au wasabi : une spécialité de Miyako sushi

OFFRE SPÉCIALE DÉCOUVERTE

■ Abonnement d'un an à Wasabi (4 numéros) + Itadakimasu, Le guide Itadakimasu des meilleurs restaurants japonais



= 30 €
(au lieu de 45 €)

CHÈQUES À L'ORDRE DE THEMA PRESS, 40 RUE DE MOUZAÏA 75019 PARIS OU SUR WWW.WASABI.FR

Nom :

Adresse :

☐ Je souhaite m'abonner à partir du n°21 dans le cadre de l'offre spéciale découverte Abonnement + Guide des restaurants japonais

Où trouver wasabi ?

WASABI EST DISTRIBUÉ GRATUITEMENT DANS PRÈS DE 500 RESTAURANTS ET LIEUX JAPONAIS A PARIS ET EN PROVINCE DONT LA LISTE FIGURE CI-DESSOUS. VOUS POUVEZ ÉGALEMENT VOUS Y ABONNER OU OBTENIR D'ANCIENS NUMÉROS EN VOUS CONNECTANT SUR LE SITE WWW.WASABI.FR.

1^{er} arrondissement

AXI	01 42 97 54 27
11 bis rue Sainte Anne	
ASSOC. CULTUR. FRANCO-JAPONAISE DE TENRI	
6 rue de Berlin-Polrée	01 42 97 54 27
LA CAVE À SAKÉ	
11 rue de Berlin-Polrée	01 42 97 54 27
DESTINATION JAPON (VOYAGE)	01 42 96 09 32
11 rue de Berlin-Polrée	
EBISU	01 42 61 05 90
19 rue de St-Roch	
EDOKKO	01 58 52 49 21
163 rue Saint-Honoré	
FOMITA	01 42 61 42 93
41 rue St-Roch	
FOMITA 2	01 49 26 07 79
7 rue du 29 Juillet	
FUKUYA	01 42 97 47 30
49 rue de l'Arbre Sec	
HELLO SUSHI	01 42 96 37 27
43 rue St Anne	
HIGUMA	01 47 03 38 59
32bis rue St Anne	
HIGUMA	01 58 52 49 21
163 rue Saint-Honoré	
JAPORAMA	01 42 96 21 30
35 rue Etienne Marcel	
KILALA	01 47 03 36 57
7 rue des Moulins	
KINUGAWA	01 42 60 65 07
9 rue du Mont Thabor	
KUNITORAYA	01 47 03 33 86
39 rue Ste Anne	
LAI LAI KEN	01 40 16 96 90
7 rue Sainte Anne	
LIBRAIRIE JUNKUDO	01 42 60 89 12
18 rue des Pyramides	
MATSUDA	01 42 60 28 38
19 rue Saint-Roch	
MATSURI RICHELIEU	01 42 61 06 73
36 rue de Richelieu	
MIDDY	01 42 97 47 30
49 rue de l'Arbre Sec	
MIYOSHI	01 42 66 80 00
11 rue Danielle Casanova	
NANIWAYA	01 40 20 43 10
11 rue Sainte Anne	
NODAIWA	01 42 86 03 42
272 rue Saint-Honoré	

OFFICE DU TOURISME JAPONAIS

4 rue Ventadour	01 42 86 20 29
SAGANO	01 40 47 04 45
10-12 rue des Prêcheurs	
SAPPORO RAMEN	01 40 15 96 66
276 rue Saint-Honoré	
SAPPORO RAMEN	01 42 60 60 98
37 rue Sainte Anne	
SUSHI GAN	01 42 97 44 48
41 rue des Petits Champs	
SUSHIRAMA	01 40 26 30 75
14 rue Berlin-Polrée	
TAKARA	01 42 96 06 38
14 rue Molère	
TORAYA (pâtisseries)	01 42 60 13 00
10 rue Saint-Florentin	
TOTOYA	01 42 21 41 88
21 rue Saint-Denis	
VILLA TOKYO	01 42 36 62 41
14 rue du Cygne	
YAKINIKU	01 42 96 27 60
11 bis rue Sainte-Anne	
YASUBE	01 47 03 96 37
9 rue Sainte Anne	
YOU HEISEI	01 42 60 55 50
11 rue Sainte Anne	
ZEN	01 42 61 93 99
8 rue de l'Echelle	

2^e arrondissement

AAA (ECOLE DE JAPONAIS)	01 42 60 65 07
1 rue de l'Arbre Sec	
ACE OPERA (ÉPICERIE)	01 42 60 65 07
43 rue Saint-Augustin	
AICHI	01 42 96 93 51
26 rue de Richelieu	
BOOK OFF (Librairie)	01 42 60 00 66
24 rue de St-Augustin	
CHEZ MIKI	01 42 96 04 88
5 rue de Louvois	
COMPTOIR DU SUSHI	01 53 40 88 88
36-38 passage du Ponceau	
DEVANT VOUS	01 42 96 96 27
80 rue de Richelieu	
EDOKKO	01 40 07 11 81
27 boulevard des Capucines	
FURUSATO	01 42 33 49 61
60 rue Montorgueil	
HOKKAIDO	01 42 60 50 95
14 rue Chabannes	

JULYA (ÉPICERIE)

46 rue Sainte Anne	01 42 86 02 22
KIM CHI	01 42 96 56 76
5 rue de Louvois	
KINTARO	01 47 42 13 14
24 rue Saint-Augustin	
K OKO (ÉPICERIE JAPONAISE)	01 42 96 56 76
4 rue de Berlin-Polrée	
KOETSU	01 40 59 92 90
42 rue Sainte-Anne	
KYOTORI	01 42 60 06 98
10 rue Chabannes	
MATSU SUSHI	01 40 26 36 06
18 rue de Turbigo	
MATSURI SUSHI	01 40 26 11 13
26 rue Léopold Bellan	
MICHI	01 40 20 49 93
58 rue Sainte-Anne	
MOMIDJI	01 47 42 84 86
9 rue de Harcourt	
OGURA	01 47 42 77 79
20 rue de la Michodière	
OKINAWA	01 42 96 21 68
19 rue Saint-Augustin	
TOKYO SUSHIS	01 45 08 15 50
37 rue Montmartre	
TOYOTOMI	01 42 86 02 86
24 rue des Petits Champs	
TSUBAKI	01 49 24 05 09
10 rue de Port Mahon	
VOYAGES À LA CARTE	01 42 96 56 76
4 rue de Berlin-Polrée	
YAMAMOTO	01 49 27 96 26
8 rue Chabannes	
YOKOSUNA	01 45 06 52 76
2 rue Léopold Bellan	

3^e arrondissement

KAGAYAKI	01 48 57 51 88
79 bd. Beaumarchais	
TAËKO	01 48 04 34 59
39 rue de Bretagne (marché des Enfants rouges)	
SUSHI BAR	01 42 74 76 21
9 rue de Bretagne	
SUSHIBOX	01 42 74 56 15
40 rue de Turenne	
SUSHI SHOP	05 25 56 88 88
42 rue de Bretagne	
SUSHI WEST	01 42 75 50 00
10 rue de Bretagne	

TSUBAKI (GALERIE)

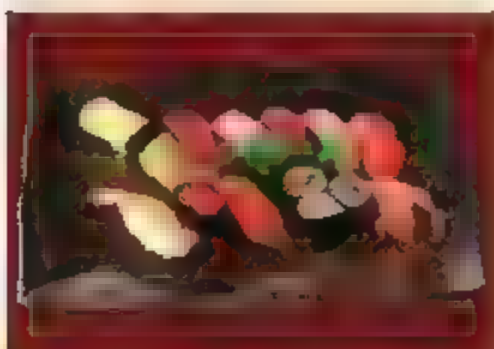
257 rue St-Martin	01 42 77 02 06
YOSHIGAWA	01 48 04 35 00
184 rue St-Martin	

4^e arrondissement

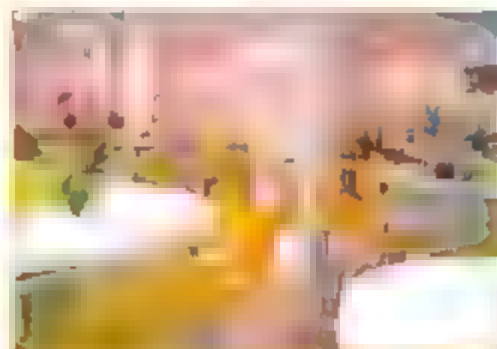
AKATSUKI	01 42 78 71 27
15 rue des Archives	
ALLO SUSHI	01 44 61 93 73
13 rue Cloche Perce	
AOYAMA	01 42 74 53 92
22 bis rue de la Verrerie	
BISTRO TOKYO	01 42 72 11 11
20 rue des Lombards	
IKAT (OBJETS JAPONAIS)	01 48 14 14 14
36 rue François Miron	
ISAMI	01 40 46 06 97
4 quai d'Orléans	
KAZÉ (OBJETS JAPONAIS)	01 48 04 34 34
11 rue François Miron	
KIMONOYA (OBJETS JAPONAIS)	01 48 07 30 24
11 rue du Pont-Neuf-Philippe	
KYO	01 42 72 56 48
9 rue de la Verrerie	
MINDRI	01 44 78 07 68
14 rue de la Cloche percée	
MIYAKODORI	01 42 78 96 83
1 impasse Guénée	
SUN	01 48 04 89 88
14 bd de Sébastopol	
LE PALAIS DES THÉS	01 48 04 89 88
14 rue de la Cloche percée	
SUSHI PARADIS	01 42 78 96 83
7 rue François Miron	
TAKAOKA	01 42 74 17 96
76 quai de l'Hotel de Ville	
TAKIMI	01 42 77 43 82
24 rue Vieille du Temple	

5^e arrondissement

AKIDA	01 43 36 67 43
121 rue Monge	
ASIA TEE	01 43 26 39 90
47 rue de la Montagne Ste Genevieve	
EDOGAWA	01 47 07 68 38
43 rue Moulleland	
GIN KAN	01 43 54 57 98
4 rue des Fossés-St-Jacques	
INAGIKU	01 43 54 70 07
14 rue de Poitou	



Restaurant MATSUDA
19 rue St-Roch 75001 PARIS
01 42 60 28 38
Sauf dimanche
12H-14H30, 19H-22H30



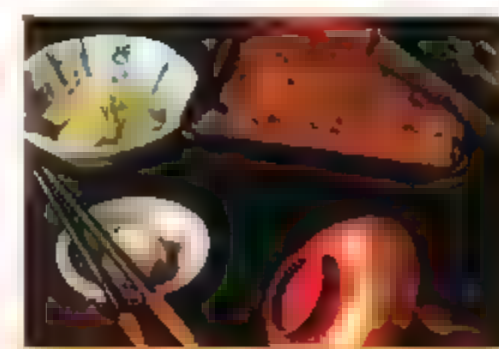
ZEN

Cuisine japonaise contemporaine
8 rue de l'Echelle
01 42 61 93 99
Ouvert tous les jours



OTO-OTO

6 rue du Saint 75001 Paris
01 42 22 21 56
www.ramaneltoxy.com
otooto - Paris
Fermé le dimanche



NODAIWA

Paris - Tokyo
Spécialité d'anguilles grillées.
une tradition japonaise
272 rue Saint-Honoré 75001 Paris
01 42 86 03 42

PLANET SUSHI	01 44 08 75 00
111 rue Monge	
SASHIMI BAR	01 43 54 57 98
4 rue des Fossés St Jacques	
SUSHI SHOP	
3 rue Monge	
YOLIN	01 43 26 05 32
3 rue Vauvillotte	

6^e arrondissement

AZABU	01 46 33 72 05
3 rue André Mazet	
ITADAKI	01 43 26 68 25
64 rue Monsieur le Prince	
HANAFUSA	01 43 26 50 29
4 passage de la petite boucherie	
JAPOTORI	01 43 29 00 54
41 rue Monsieur le Prince	
KIM'S ORIENT EXTREME	01 45 48 92 27
4 rue Bernard Palissy	
KYOTORI	01 43 54 48 44
61 rue Monsieur le Prince	
MANDARINE SUSHI	01 42 22 25 21
32 rue St Placide	
OTO OTO	01 42 22 21 56
5 rue du Sabot	
SHU	01 46 34 25 88
8 rue Suger	
SUSHI HOUSE	01 43 25 54 85
50 rue Dauphine	
SUSHI SHOP	01 53 63 10 56
7 rue du Cherche-Midi	
TOKUGAWA	01 42 22 32 59
49 bd du Montparnasse	
TOKYOTORI	01 55 42 02 56
18 rue Monsieur le Prince	
TSUKIZI	01 43 54 65 19
2 bis rue des Ciseaux	
YAKI JAO	01 42 22 17 74
8 rue du Sabot	
YEN	01 45 44 11 18
22 rue St Benoît	
YUSHI	01 44 07 03 11
8 rue des Ciseaux	

7^e arrondissement

AIDA	01 43 06 41 18
1 rue Pierre Leroux	
ARIDO	01 47 53 74 49
208 bis rue de Grenelle	
DAIKON	01 45 55 62 21
26 rue Surcouf	
MAISON DU SUSHI	01 46 51 24 24
44 avenue Bugey	
MATSURI	01 45 51 24 24
74 rue du bac	
MIYAKO	01 47 05 41 83
121 rue de l'Université	

8^e arrondissement

ASIAN	01 56 89 11 00
30 avenue Georges V	
BARAMAKI	01 42 82 49 03
64 bd Haussmann (3 ^e étage du Printemps)	
CHAIRN (THE JAPONAIS)	01 53 30 05 24
14 rue Pasquier	



Yanase

75 rue Vasco de Gama, 75015 Paris
01 42 50 07 20
www.yanase.fr
 fermé samedi midi et dimanche

HANAWA	01 56 62 70 70
26 rue Bayard	
HYOTAN	01 42 25 26 78
3 rue d'Artois	
INANIWA UMAMI AN	01 45 61 09 79
27 rue du Collège	
JIPANGUE	01 46 63 77 00
96 rue La Boétie	
KAKYO	01 45 22 21 86
7 rue Clapeyron	
KINUGAWA	01 45 63 08 07
4 rue Saint Philippe du Roule	
KYOMIZU	01 45 63 08 07
4 rue St Philippe du Roule	
KOHOMANA	01 45 62 15 68
1 bis rue Jean Mermoz	
KYOTO	01 53 75 11 49
6 rue Corvetto	
KYOTO ST LAZARE	01 42 98 35 13
9 rue de l'Ély	
MEIJI	01 45 62 30 14
24 rue Marbeuf	
MAKA	01 42 89 05 04
40 rue de Panthéon	
OKAME	01 46 22 95 03
235 Rue du Fg. Saint Honoré	
PLANET SUSHI	01 53 30 03 03
37 bd Malesherbes	
SUSHI JAO	01 44 90 00 61
53 rue de Rome	
SUSHI SHOP	00 25 56 88 88
59 rue de la Boétie	
YAKI KOCHI	01 43 59 51 88
35 rue La Boétie	
YAMAICHI	01 43 87 19 04
9 rue de l'Ély	

9^e arrondissement

CAFÉ PENINSULE	01 47 70 53 03
13 rue du Fg. Montmartre	
FUJI SUSHI BAR	01 48 74 36 83
5 rue Joubert	
FUJI YAKI	01 42 81 54 25
20 rue Henri Monnier	
HOTARU	01 48 78 33 74
18 rue Rodier	
IZAKA	01 53 16 43 48
35 rue Lafayette	
KIDAYA	01 45 25 12 88
15 rue Lafayette	
KIKU	01 44 83 02 30
56 rue Richer	
KUSHI YAKI	01 49 70 05 24
4 rue de Rochefort	
MATSUSAKA	01 48 00 94 64
16 rue Montyon	
MOMOKA	01 40 16 19 09
5 rue Jean-Baptiste Pigalle	
NEW MATSUZAKA	01 48 00 94 64
16 rue Montyon	
NEW YAKI KOBE	01 40 07 18 88
14 rue de Jéze	
SAKURAYA	01 47 70 54 41
3 rue Grange-Batelière	
SHIMIZU	01 48 00 92 76
11 Rue Bergère	



Spécialité de sushi

163 rue Saint Honoré, 75001 Paris
01 58 62 49 23

Ouvert tous les jours

Meiji

"L'une des cuisines
 les plus inventives que l'on puisse
 déguster à Paris"
Itadakimasu, le guide des meilleurs
 restaurants japonais 2008-2009

24 rue Marbeuf, Paris 8^e.
Tél. : 01 45 62 30 14
 F. sam. midi et dim.



SUSHI BOXBOU	01 48 76 54 80
52 rue Miquel	
SUSHI SHOP	
32 rue des martyrs	
SUSHI YAKI	01 42 46 11 77
1 bis rue Bleue	
TONEGAWA	01 42 65 29 18
8 rue Godot de Mauroy	
YAMAMURA	01 48 00 90 18
1 rue Bergère	
YAMATO	01 48 74 88 08
49 bd de Clichy	
YOCEIKO	01 47 70 68 50
39 rue du Fg. Montmartre	

10^e arrondissement

DAI BAN OSAKA	01 42 40 60 35
15 av. Claude Vellefaux	
ESPACE JAPON	01 41 11 74
12 rue de Nancy	
MSHIKURA	01 40 22 99 98
12 rue du Faubourg Poissonnière	
OISHI SUSHI	01 40 35 14 12
38 rue Louis Blanc	
PLOUM	01 42 00 11 90
20 rue Albert	
SUSHI SAKI	01 40 38 37 65
247 rue du Fg St Martin	
TOKIOYAKI	01 46 07 67 91
23 rue du Fg St Martin	
VILLA FUJI	01 40 34 20 68
210 rue Lafayette	
WAKO	01 46 07 08 88
208 bis rue Lafayette	
YAMADA	01 46 07 01 88
188 rue du Fg St Martin	

11^e arrondissement

AKIRA	01 40 21 08 53
6, av. de la République	



26 rue Bayard 75008 Paris
Tel. : 01 56 62 70 70
Fax. : 01 56 62 70 71

Ouvert tous les jours sauf Dimanche
 Mail : hanawa2007@free.fr

CENTRE FRANCO JAPONAIS

FUJIWARA	01 47 00 42 50
21 rue de la Roquette	
KAMPEI	01 43 48 17 08
91 bd Voltaire	
KIMONO	01 49 23 44 85
15 rue St Maur	
KINOSUZU	01 48 05 10 32
19 rue de la Roquette	
KYOBASHI	01 53 36 73 34
117 rue St Maur	
MOMIJI	01 48 06 14 72
20 rue Daval	
NAKAGAWA	01 47 00 82 30
3 rue Saint-Hubert	
NADKI	01 43 57 68 68
5 rue Guillaume Bertrand	
PLANET SUSHI	01 53 30 03 03
2-4 rue Richard Lenoir	
SAKURA	01 43 38 74 92
46 rue de la Roquette	
SNG FRANCE (ÉCOLE)	01 43 38 38 03
77 bd Richard Lenoir	
SUKIYAKI	01 49 23 04 96
12 rue de la Roquette	
SUKI VILLAGE	01 43 55 92 79
9 rue de Charonne	
SUSHI	01 43 55 29 88
42 rue du Fg. du Temple	
SUSHI SHOP	
1 Rue du Faubourg Saint Antoine	
TOYAMA	01 43 56 15 11
109 bd de Charonne	
YAKIDAI	01 40 21 62 33
41 rue de la Roquette	
YAPANI SUSHI	01 43 70 55 55
56 rue Richard Lenoir	

12^e arrondissement

GINZA	01 43 45 61 96
1 rue Corbinea	
HAYASHI	01 43 45 88 78
20 cours de Vincennes	
IZAKAYA	01 46 28 93 88
59 rue de Lyon	
KOCHIYAKI	01 43 41 59 64
3 rue Erard	
MIKACHI	01 43 40 39 31
92 cours de Vincennes	
ROBATA	01 43 07 68 79
96 rue Claude Decaen	
SAMOURAI	01 43 07 52 30
12 rue Emilio Castelar	
SUSHIVILLA	01 43 48 66 05
216 rue du Faubourg St Antoine	
SUSHI ZEN	01 43 41 83 34
139 rue de Charenton	
TIB'S	01 44 73 13 13
310 rue de Charenton	
YEKO	01 43 43 82 18
154 av. Daumesnil	
ZENDO	01 43 44 80 60
43 rue Gabriel Lamy	

13^e arrondissement

DELICE SUSHI	01 47 07 03 33
69 rue Broca	
ISHIKAWA	01 53 79 12 76
45 rue Albert	

JAPONIKA	01 45 86 86 83
8, avenue de Choisy	
MAKI SUSHI TOKYO	01 46 84 54 41
44, rue de Tolbiac	
MATSUYAMA	01 45 88 22 18
11-13 bd. Auguste Blanqui	
PARIS TOKYO	01 43 37 07 33
7 rue Veronèse	
SAMOURAI	01 45 82 88 88
42, avenue de la Porte d'Ivry	
TOKYO OSAKA	01 44 24 38 48
207, avenue de Choisy	
TORI ICHI	01 45 84 95 68
42 rue Louise Weiss	

14^e arrondissement

ATSUMI	01 43 27 09 83
28 rue de la Gaîté	
GINZA	01 43 20 43 54
50 rue Daguerre	
HASHIMOTO	01 45 43 70 58
46, rue Didot	
HDSHI	01 43 27 16 21
11, rue de la Gaîté	
KIRAKUTEI	01 45 42 33 15
38, rue Perrotty	
MIMOSA	01 43 21 96 12
9, rue de la Gaîté	
PAN SUSHI	01 40 44 00 87
147, av. du Maine	
SUSHITORA	01 45 42 79 76
113, rue Didot	
SUSHI GOZEN	01 40 47 55 01
20 rue Delambre	
TORICHO	01 43 21 29 97
47, rue du Montparnasse	
YAMATO	01 43 20 16 34
144 bd du Montparnasse	
YUKI & VINI	01 42 22 59 77
3 rue d'Alençon	

15^e arrondissement

ARITO MONTPARNASSE	01 42 22 01 00
20, rue de l'Arrivée	
BENKAY	01 40 58 21 26
61 quai de Grenelle	
FUJYAMA MONTPARNASSE	01 45 38 98 18
37, avenue du Maine	
JAPAN SUSHI EXPRESS	01 45 87 00 01
145, rue de Valenciennes	
JUGOYA	01 45 79 03 80
85, rue des Entrepreneurs	
KAISEKI SUSHI	01 45 54 48 60
7 bis, rue André Lefebvre	
KANAE (supérette)	01 40 59 98 03
83 av. Emile Zola et 118 rue Lecourbe	
KOKUMI	01 47 83 21 97
121, rue de Valenciennes	
KOYUKI	01 45 32 67 56
20, rue Gramme	
LÉGENDE DU JAPON	01 40 60 14 11
166 rue Saint-Charles	
MAISON DE LA CULTURE DU JAPON	
101 bis quai Branly	

MATCHAN	01 45 77 03 50
55, rue du Théâtre	
NIPPON SUSHI	01 48 28 35 28
2, rue Lénine	
NOMIYA	01 40 43 91 91
6 rue d'Alleray	
OKAYAMA	01 45 78 80 01
17, rue de Lourmel	
OSAKA VOUILLE	01 45 31 35 28
40, rue de Vouille	
SANMARU SUSHI	01 45 75 20 00
26 rue Tiphaine	
SUSHI BENTO	01 40 60 78 31
168 rue Saint-Charles	
TAGAWA	01 45 76 93 21
37 bis, rue Rouelle	
TAKI	01 45 79 42 28
54, rue du Docteur Finlay	
TOKYO SUSHI	01 45 71 08 96
28, rue Lacordaire	
YAMATO	01 45 79 03 80
85 rue des Entrepreneurs	
YANASE	01 42 50 07 20
75, rue Vasco de Gama	
WASABI	01 45 30 38 14
89 rue de la croix nivert	

16^e arrondissement

AKASAKA	01 42 88 77 88
9, Rue Nicola	
COMME DES POISSONS	01 45 20 70 37
24, rue de la Tour	
DOMO	01 46 47 47 77
7 rue Gros	
GO SUSHI	01 45 25 67 00
52 av. Mozart	
JUAN	01 47 27 43 51
144 rue de la Pompe	
MATSURI	01 42 24 96 85
2, rue de Passy	
MATSURI	01 47 27 00 59
119-121 avenue Victor Hugo	
MIYAGAWA	01 45 27 01 83
11 bis av. de Versailles	
OKYOTO	01 46 51 20 64
10, rue Chanez	
OSAKA	01 45 25 60 29
1 rue Jouvenot	
OZU	01 40 69 23 90
2 av. des Nations Unies	
PLANET SUSHI	01 45 20 10 10
29, rue Bois le Vent	
SUSHI GOURMET	01 45 27 09 02
1 rue de l'Assomption	
SUSHI SHOP	
90 Avenue Raymond Poincaré	
SUSHI SHOP	
52 Bis Avenue Mozart	
SUSHI WEST	01 45 05 50 00
12, rue de Longchamp	
TAMPOPO	01 47 27 74 52
66, rue Lasriaton	
YUSHI 16	01 47 04 53 20
70 rue de Longchamp	

17^e arrondissement

AYAME	01 42 27 98 00
10, rue Rennequin	
CHEZ YI (SALON DE THÉ)	01 47 31 40 89
27 rue Bayen	
ISUMO	01 47 64 36 27
47/51, rue des Acacias	
KANNO	01 42 27 80 63
6, rue Saussier Leroy	
KIFUNE	01 45 72 11 19
44, rue Saint Ferdinand	
MAKO	01 44 09 89 63
19 av. Mac Mahon	
MIYAKO SUSHI	01 44 85 53 00
103, rue Legendre	
MAGANO	01 48 88 90 53
117, rue de Tocqueville	
NAKAMURA	01 40 55 96 72
25, rue Brey	
NAOKO	01 40 08 06 78
11, rue Biot	
SHENANO	01 45 72 60 76
9, rue Belidor	
SHOGUN SUSHI	01 43 80 72 88
139, rue Cardinet	
SOLEIL LEVANT	01 48 88 02 75
57 rue de Tocqueville	
SOLEIL LEVANT	01 45 74 21 68
4 rue Troyon	
SUSHI BA	01 42 93 11 30
99 rue des Dames	

Kadoya

Spécialité de ramen
et de gyoza

28, Rue Sainte-Anne,
Paris 1^{er}

Tél. : 01 49 26 09 82



SUSHI NAMI	01 42 27 14 22
38, rue Laugier	
SUSHI SHOP	
178 rue de Courcelles	
SUSHI WADA	01 44 09 79 19
19, rue de l'Arc de Triomphe	
SUSHI WEST	01 42 27 50 00
1, rue Jouffroy d'Abans	
SUSHI YAKITORI	01 48 96 97 96
115, rue Legendre	
THÉ DE YI	01 45 74 16 18
27 rue Bayen	
TIB'S	01 45 72 03 59
51 rue Bayen	
YAMATO	01 43 67 67 38
16, bd des Batignolles	
ZENZAN	01 53 81 00 75
4, rue Brey	

18^e arrondissement

ASUKA	01 42 55 50 91
145, rue Marcadet	
ENISHI	01 42 57 32 14
67 rue Label	
FUGU	01 42 23 11 11
112, rue Lamarck	
GUULO GUILD	01 42 54 23 92
8 rue Garreau	
JUN KOU KO	01 42 58 80 30
79 rue des Martyrs	
KEIKO	01 46 06 41 23
145 rue Ordener	
KINTARO	01 42 57 27 97
106 bd. Rechechouart	
MIYAZAKI	01 42 29 18 71
2 rue Lagille	
MANEKI NEKO (ASSOCIATION)	01 42 64 52 78
1 bis rue Garreau	
NAOKO	01 53 41 64 33
3, rue des Abbesses	
SAKANA	01 53 28 06 35
46 bd de Clichy	
SUSHI AKASHI	01 44 90 05 68
5 rue Forest	
TOKYO	01 42 54 31 12
40 rue Custine	

19^e arrondissement

ARIGATO	01 42 38 96 76
47, rue de Belleville	
MINOWA CONCEPT	01 42 38 96 24
11, rue de la Villette	
NAKAGAWA	01 42 08 43 22
9 rue Lasso	
PRÊT À CUIRE	01 42 40 66 63
7 rue des Fêtes	
SUSHI YA	01 42 02 85 82
12, rue Predier	
TIB'S	01 42 45 00 45
161 rue Marlin	

20^e arrondissement

ASANI	01 43 58 78 27
36 rue de Belleville	
SAPPORO	01 43 73 86 70
152 bd de Charonne	
SUSHI BAR	01 42 41 28 99
153 rue de Belleville	
TAKICHI	01 47 97 03 96
7, rue du Cher	

Asnières

SUSHI SHOP
82 Rue des Bourguignons

Boulogne-Billancourt

SANKI	01 46 08 38 38
38 av. Edouard-Vaillant	
SHIKI	01 47 61 94 22
53 rue Gallieni	
SUSHI SHOP	
16 Avenue du Général Leclerc	
SUSHI SHOP	
21 Boulevard Jean Jaurès	

Issy-les-Moulineaux

SUSHI KEN	01 46 42 58 18
12 rue Ernest Renan	

Neuilly-sur-Seine

MATSURI	01 46 24 59 82
18, avenue Charles de Gaulle	
SUSHI SHOP	
44 et 146 Avenue Charles De Gaulle	

Puteaux

SUSHI SHOP
26 Boulevard

Suresnes

SUSHI SHOP
32 passage de l'Arche

Versailles

SUSHI SHOP
4 Rue André Chénier

Vincennes

SUSHI SHOP
36 Avenue de Paris

Parlez donc
le japonais

ECOLE DE LANGUES DE TENRI

- Etablissement d'enseignement supérieur libre -

COURS POUR ADULTES Tous niveaux

Rentrée : 28 sept. et 26 fév

COURS POUR ADOLESCENTS

Rentrée : 9 sept. et 3 fév

formation professionnelle: DIF

Association Culturelle Franco-Japonaise de Tenri

8-12, rue Bertin Poirée 75001 Paris

Tel 01 44 76 06 06

www.tenri-paris.com

M^o Châtelet ou Pont-Neuf



さつき
Epicerie japonaise
en ligne

www.satsuki.fr

PROVINCE

SUD

● AGEN	
OSAKA	05 53 86 31 76
38, bd Sylvain Dumon	
● AIX EN PROVENCE	
GEISHA SUSHI EXPERIENCE	04 42 20 30 00
53 Cours Mirabeau	
KYO SUSHI (À EMPORTER)	06 50 01 50 50
500 rue Berthelot	
MIJI EXPRESS	04 42 26 14 74
51 Rue d'Italie	
SUSHIKA	04 42 27 59 91
23 rue de la Couronne	
YAMATO	04 42 38 00 20
21 av des Belges	
YAMASUSHI	04 42 39 92 50
9 rue d'Italie	
YOJI	04 42 36 48 76
7, av. Victor Hugo	
● CANNES	
EDO SUSHI	04 93 99 40 39
14 rue Mace	
FUJI CANNES	04 93 39 00 31
17, rue Notre Dame	
O'SUSHI	04 93 68 28 23
12 rue des Belges	
SUSHIKAN	04 93 39 86 13
5 RUE FLORIAN	
TOKYO CANNES	04 93 68 92 21
1, bd Victor Tuby	
● CASSIS	
UNIVERSAL SUSHI	04 42 08 27 91
11 av. Viguerie	
● CLERMONT FERRAND	
MAIKO	04 73 90 79 15
65 rue du Port	
SANTOKA	04 73 31 33 45
13 Rue Saint Dominique	
● MARSEILLE	
Café SUSHI	04 91 33 78 87
22 bd Paul Peytral	
KIM DO	04 91 34 00 06
4 rue Capazza	
LA VILLA	04 91 71 21 11
113 rue Jean Mermoz	
SHABU SHABU	04 91 54 15 00
30 rue de la Paix	
SUSHI MOTO	04 91 76 29 71
50 bd Baille	
SUSHI SHOP	
335 rue du Paradis	
SUSHI STREET CAFÉ	04 91 54 17 90
24 bd Notre-Dame	
SU	04 91 52 22 27
28, rue Bir Hakeim (Galeries Lafayette)	

Fondation EZOE - S N G Japon

Le japonais
au Japon ?

Cours de langue 30 ans de succès, une
des meilleures écoles, au cœur de Tokyo.



Méthode inventive, efficace et rapide.
Ecole annexe SNG France à Paris.

Contact : SNG France
77 bd Richard-Lenoir 75011 Paris
lun-ven, 14-16 Tél/fax : 01 43 38 38 03
bureau@sngfrance.fr
<http://www.sngfrance.fr>

WASAB'ART SUSHI	04 91 47 69 40
21 rue du docteur Escal	
ZEN PRADO	04 91 63 00 08
60 av. du Prado	

● MONACO	
CAPOSUSHI	00.377.83.25.69.52
6 Impasse de la Fontaine	
FUJI MONACO	00.377.93.30.40.11
4 Impasse Madonna	
MAYA BAY SUSHI BAR	
24 av. Princesse Grace	00.377.97.70.74.67
MY SUSHI	00.377.97.70.67.67
2 rue des Orangers	

● MONTPELLIER	
LE SUSHI BAR	04 99 77 06 06
20 rue Bernard Delicieux	
SAKURA	04 67 15 14 32
65 av. Sautuel Champagn	
SUSHI BOAT	04 67 92 00 37
12 rue de Verdun	
SUSHI SHOP	
2 Place Molière	

● NICE	
JAN NICE	04 93 65 47 76
47, rue Gioffredo	
HOME SUSHI & SASHIMI	04 93 55 37 37
3, rue de Orestès	
HOT POT	04 93 82 33 54
6 rue d'Alsace Lorraine	
KAMOGAWA	04 93 88 75 88
18 rue de la Buffa	
MY SUSHI	04 93 62 16 32
18, cours Saleya	
O'SUSHI	04 93 82 92 45
30 Avenue Jean Médécin	
LE ZEN	04 93 82 41 29
27 rue d'Angleterre	

● PERPIGNAN	
OMEDETO	04 68 51 29 29
12, Avenue Général Leclerc	

● RAMATUELLE	
NIKKI BEACH	04 94 79 62 04
Route de l'Épi	

● TOULOUSE	
L'ASSIETTE JAPON	05 61 21 60 91
28 rue Peyrollières	
HINODE	05 61 21 51 26
17, rue d'Austerlitz	
JAPAN	05 61 22 85 85
8 rue de l'Echarpe	
JAPOYAKI	05 61 13 68 69
11, rue d'Austerlitz	
SHUN	05 61 99 39 20
35, rue Bachelier	
SUSHI KAN	05 61 11 22 67
24 av. de l'URSS	
SUSHI OHISHI	05 61 23 00 26
13 Rue De L'alsace Lorraine	
SUSHIYA	05 61 23 17 71
3 place du Peyrou	
SUSHI YAKI	05 61 12 00 60
9, rue Ste Ursule	

● SOLLIÈS-VILLE	
BO SUSHI	06 20 14 02 82
PM 97	

OUEST

● BIARRITZ	
LE SUSHI LAND	06 59 22 24 96
9 av. de la Reine Victoria	

● BORDEAUX	
CAFÉ JAPONAIS	05 56 48 68 68
22, rue St Siméon	
LE KIMONO	05 56 79 23 30
22 rue Ferdinand Philppart	
LE SHOGUN	05 56 39 05 12
168 bis cours du Médoc	
MOSHI MOSHI	05 56 79 22 91
8 place Ferdinand Lafargue	
SUSHI SHOP	
24 rue du DR Nançai Pénard	

● CAEN	
MIKA MAKI	02 31 93 32 21
2 rue des Chanoines	
MIYAKO	02 31 34 77 83
13, rue St Michel	

www.sushiboutique.fr

● CHALLANS	
OBJECTIF ZEN	02 51 93 26 76
11 place Aristide Briand	

● CHARTRES	
SHOGUN	02 37 36 07 79
8, rue Dr Michel Gilbert	

● LA BAULE	
LE CAFÉ BOUILLU	02 40 23 14 14
22 pl. du Maréchal Leclerc	

● LA ROCHELLE	
FUJIYAMA	05 46 41 21 26
25 quai Gabut	

● NANTES	
NOW SUSHI	02 40 74 18 18
32 bis, rue Fouré	
TAI SHOGUN	02 40 48 66 07
8 bis quai François Mitterrand	
TOKYO	02 40 89 02 04
14 rue de la Juiverie	

● QUIMPER	
ABALONE SUSHI	02 98 64 38 91
17 Malle St François	

● RENNES	
FUJI	02 99 38 12 00
8, rue Derval	
Contour de St Germain	
SAKURA	02 99 78 11 80
1 rue Saint Louis	
SIMPLY SUSHI	02 99 78 18 33
2 rue Jules Simon	
SUSHI SHOP	
4 Rue de Coëtquen	

● SAINT-MALO	
TAKICHI	02 23 18 28 29
5 rue Alphonse Thébaut	
TAMPOPO	02 99 40 87 53
5 place de la Poissonnerie	

● SOTTEVILLE-LES-ROUEN	
WASABI	02 35 63 41 82
34 bis Place de l'Hôtel de Ville	

● SOUSTONS	
SUSHI NORI	06 79 53 26 22
22 rue du 8 mai 1945	

EST

● ANNECY	
O SUSHI	04 50 45 61 62
2 rue Louis Revon	

● CHAMBERY	
YAMAMO	04 79 60 07 57
87, rue Ste Rose	

● DIJON	
SUSHI BAR	03 80 50 06 56
7 rue Michelet	

● GRENOBLE	
HOKKAIDO	04 78 54 18 76
Rue Diodore Rahoult	
KYOTO	04 76 54 08 91
1, place du Charmeyran (La Tronche)	

● OSAKA	04 76 43 26 49
1 rue Colbert	
SAPPORO	04 76 85 02 45
64, cours Jean Jeaures	
LE SAKÉ	04 76 87 46 51
29 rue Condorcet	

● LYON	
CHEZ FYFY	04 72 41 81 22
6 rue des Maronniers	
GOMAN ETSU	04 78 39 31 91
11 rue Lanterne	
MATSURI	04 78 27 63 06
7 rue de la Fromagerie (1 ^{er})	
MATSURI	04 37 24 74 90
109 cours Lafayette (6 ^e)	
MATSURI	04 72 85 06 36
60, rue de St Cyr	
NOBORU	04 78 42 35 79
28 rue Henri Germain	
SOLEIL LEVANT	04 78 95 04 37
204 rue Garibaldi	
SUSHIDO	04 78 52 70 35
169 rue Cuvier	
SUSHI KING	04 78 71 04 43
Centre commercial de Lyon Part-Dieu	
SUSHI & SUSHIS	06 11 07 24 24
49 Rue de Gerland	
TEPPANYAKI	04 72 56 05 05
11 quai Romain Rolland	
CHEZ TERRA	04 78 89 06 04
81 rue Du Guesclin	

● SAINT ETIENNE	
KYOTO	04 77 21 74 26
8, rue des Martyrs de Vingre	

● METZ	
OSAKA METZ	03 87 36 68 90
32 bis rue Dupond des Loges	

● MULHOUSE	
TOKYO MULHOUSE	03 89 54 11 18
102 rue de Bule	

● REIMS	
MATSURI SUSHI	03 26 85 10 10
9, rue de Clativalde	
SUSHI SHOP	
La Carré royal, rue de l'Arbalète	
TOKYO SARL	03 26 85 93 46
61, place d'Erion	

● STRASBOURG	
FUJIYAMA	06 19 60 02 12
19 rue des veaux	
MIKADO	03 88 21 07 20
11 quai Turokheim	
MOOZE	03 88 22 68 46
7 rue de la Demi Lune	

● VITTEL	
LE COMPTOIR	03 29 08 90 83
294 rue de Verdun	

NORD

● LILLE	
JOMON	03 28 36 84 46
4 rue de la Rapine	
SUSHI SHOP	
15 place de Béthune	



matsuri

La passion de la restauration
japonaise depuis 1986

Le restaurant japonais à comptoir tournant

Préparées devant vous par nos chefs,
choisissez au gré de vos envies les
assiettes qui défilent sous vos yeux
sur le comptoir tournant.

Matsuri Paris Richelieu, Passy,
Victor Hugo, Bac, La Défense, Neuilly-sur-Seine,
Matsuri Lyon & Matsuri Reims.

matsuri.fr



L'ART D'ÊTRE SOI-MÊME



DEPUIS 1812 SINCE

Laurent-Perrier

CHAMPAGNE

www.laurent-perrier.com

Laurent-Perrier Ultra Brut
par Jean-Baptiste Huynh

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.